



Facultat de Ciències de l'Educació i Psicologia Seu Baix Penedès,
Tarragona

L'ÚS DE LES PANTALLES EN ELS INFANTS DE 3 A 6 ANYS

Treball Fi de Grau

Autora: Lidia Castillo Martín

Tutor/a: Dra. Judith Balanyà Rebollo

Data de lliurament: 29/05/2026

Vull expressar el meu sincer agraïment a totes les persones que, d'una manera o altra, han estat presents al llarg d'aquest procés.

A la meva tutora, pel seu seguiment acurat, la seva dedicació i el suport constant durant tot el procés. Les seves orientacions han estat una guia imprescindible en els moments de dubte.

A totes les persones participants, per la seva col·laboració i per haver dedicat el seu temps a fer possible aquest treball. Sense la vostra implicació, aquest projecte no hauria estat possible.

Als meus amics i amigues, per les orientacions, els consells i l'ajuda prestada al llarg d'aquest procés. Gràcies per escoltar-me, animar-me i compartir amb mi els moments més intensos d'aquesta etapa.

A la meva família, per ser sempre el meu punt de suport. Gràcies per preocupar-vos, per escoltar-me i per donar-me força fins i tot quan jo mateixa dubtava. Sense vosaltres, aquest camí hauria estat molt més difícil.

A la meva parella, per ser calma enmig del procés, per la seva paciència infinita i per acompanyar-me en cada moment. Gràcies per fer-me creure que podia aconseguir-ho.

I, de manera especial, a la meva gossa Dala, pels moments de calma i desconnexió que m'ha regalat. Les nostres passejades han estat petites pauses necessàries per agafar aire i continuar endavant.

Aquest treball no només és meu, sinó també una mica vostre.

Resum

L'ús de les pantalles en la primera infància es converteix en una realitat cada vegada més present tant en l'àmbit familiar com en l'educatiu. Actualment, molts infants de 3 a 6 anys tenen contacte habitual amb dispositius digitals des d'edats molt primerenques, fet que genera un augment de l'interès social i educatiu sobre els possibles efectes que aquesta exposició pot tenir en el desenvolupament infantil. Aquesta investigació neix de la preocupació davant l'increment de l'ús de les pantalles durant els primers anys de vida i de la necessitat de reflexionar sobre el paper de les famílies i dels professionals en l'acompanyament digital.

L'objectiu principal del treball és analitzar la percepció de professionals i famílies sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, identificant usos habituals, possibles efectes percebuts i propostes educatives per promoure un ús responsable tant en el context familiar com en l'educatiu. El treball s'emmarca dins del context d'un centre escolar públic del Baix Llobregat.

La metodologia emprada segueix un enfocament de caràcter mixt, combinant tècniques quantitatives i qualitatives amb la finalitat d'obtenir una visió més àmplia i profunda de l'objecte d'estudi. La recollida de dades es realitza mitjançant qüestionaris dirigits a famílies i docents d'educació infantil, així com entrevistes a una psicòloga infantil, una professional de salut, una mestra d'educació infantil i una família. A més, el treball s'estructura seguint diferents fases d'investigació relacionades amb l'anàlisi, el disseny i la implementació, i l'avaluació.

Com a part pràctica de la investigació, es dissenya i es presenta la pàgina web "Créixer entre pantalles", un recurs educatiu destinat a famílies i professionals de l'etapa d'educació infantil. La plataforma ofereix orientacions, activitats, recursos i reflexions relacionades amb l'ús responsable de les pantalles, amb la finalitat d'afavorir una mirada més conscient, equilibrada i educativa sobre la presència de les tecnologies en la vida quotidiana dels infants.

Els resultats obtinguts mostren que l'ús de les pantalles és habitual en infants de 3 a 6 anys, principalment amb finalitats d'entreteniment. Tant les famílies com els professionals coincideixen a destacar la importància de l'acompanyament adult, la regulació del temps d'exposició i la selecció de continguts adequats. Alhora, es detecten preocupacions relacionades amb l'atenció, la regulació emocional, el llenguatge i les relacions socials quan l'ús és excessiu o poc supervisat.

Paraules clau: pantalles, educació infantil, percepcions, desenvolupament infantil, ús responsable.

Resumen

El uso de pantallas en la primera infancia se está convirtiendo en una realidad cada vez más habitual, tanto en el ámbito familiar como en el educativo. En la actualidad, muchos niños de entre tres y seis años tienen contacto habitual con dispositivos digitales desde una edad muy temprana, lo que ha suscitado un creciente interés social y educativo por los posibles efectos que esta exposición puede tener en el desarrollo infantil. Esta investigación surge de la preocupación por el creciente uso de pantallas durante los primeros años de vida y de la necesidad de reflexionar sobre el papel de las familias y los profesionales en el acompañamiento digital.

El objetivo principal del estudio es analizar las percepciones de los profesionales y las familias respecto al uso de pantallas en niños de entre 3 y 6 años, identificando usos comunes, efectos potenciales percibidos y propuestas educativas para promover un uso responsable tanto en el contexto familiar como en el educativo. El estudio se desarrolla en una escuela pública del Baix Llobregat.

La metodología empleada sigue un enfoque de métodos mixtos, que combina técnicas cuantitativas y cualitativas con el fin de obtener una visión más amplia y profunda del tema de estudio. La recopilación de datos se lleva a cabo mediante cuestionarios dirigidos a familias y educadores de la primera infancia, así como entrevistas con un psicólogo infantil, un profesional sanitario, un educador de la primera infancia y una familia. Además, el trabajo se estructura en función de diferentes fases de investigación relacionadas con el análisis, el diseño y la implementación, y la evaluación.

Como parte práctica de la investigación, se diseña y presenta el sitio web «Crecer entre pantallas», un recurso educativo dirigido a familias y profesionales del sector de la educación infantil. La plataforma ofrece orientación, actividades, recursos y reflexiones relacionadas con el uso responsable de las pantallas, con el objetivo de fomentar una perspectiva más consciente, equilibrada y educativa sobre la presencia de la tecnología en la vida cotidiana de los niños.

Los resultados obtenidos muestran que el uso de pantallas es habitual entre los niños de 3 a 6 años, principalmente con fines de entretenimiento. Tanto las familias como los profesionales coinciden en la importancia de la supervisión de los adultos, de regular el tiempo de exposición y de seleccionar contenidos adecuados. Al mismo tiempo, se identifican preocupaciones en relación con la atención, la regulación emocional, el lenguaje y las relaciones sociales cuando el uso es excesivo o está mal supervisado.

Palabras clave: pantallas, educación infantil, percepciones, desarrollo infantil, uso responsable.

Abstract

The use of screens in early childhood is becoming an increasingly prevalent reality both in the family and in the educational setting. Currently, many children aged 3 to 6 regularly interact with digital devices from very early on, a fact that has sparked growing social and educational interest in the potential effects this exposure may have on child development. This research stems from concern over the increasing use of screens during the early years of life and the need to reflect on the role of families and professionals in digital guidance.

The main objective of the study is to analyze the perceptions of professionals and families regarding screen use in children aged 3 to 6, identifying common uses, perceived potential effects, and educational proposals to promote responsible use in both the family and educational contexts. The study is set within a public school in the Baix Llobregat region.

The methodology employed follows a mixed-methods approach, combining quantitative and qualitative techniques in order to obtain a broader and deeper view of the subject of study. Data collection is carried out through questionnaires aimed at families and early childhood education teachers, as well as interviews with a child psychologist, a health professional, an early childhood education teacher, and a family. Additionally, the work is structured according to different research phases related to analysis, design and implementation, and evaluation.

As a practical part of the research, the website “Growing Up Among Screens” is designed and presented, an educational resource aimed at families and early childhood professionals. The platform offers guidance, activities, resources, and reflections related to the responsible use of screens, with the aim of fostering a more conscious, balanced, and educational perspective on the presence of technology in children's daily lives.

The results obtained show that screen use is common among children aged 3 to 6, primarily for entertainment purposes. Both families and professionals agree on the importance of adult guidance, regulating exposure time, and selecting appropriate content. At the same time, concerns are identified regarding attention, emotional regulation, language, and social relationships when use is excessive or unsupervised.

Keywords: screens, early childhood education, perceptions, child development, responsible use.

Índex

1- INTRODUCCIÓ	1
2- MARC TEÒRIC.....	3
2.1 Contextualització del desenvolupament infantil i la presència de les pantalles en el segon cicle d'infantil.....	4
2.2 Ús de les pantalles en la primera infància	7
2.3 Impacte de les pantalles en el desenvolupament infantil.....	11
2.4 Recursos educatius per a un ús responsable	15
3- OBJECTIUS.....	18
4- DISSENY DE LA RECERCA.....	19
4.1 Enfocament metodològic.....	19
4.2 Instruments	20
4.3 Context.....	23
4.4. Planificació de la recollida de dades.....	24
4.5 Validació de l'instrument i la metodologia	26
5- DESENVOLUPAMENT	28
6- ANÀLISI.....	31
6.1 Instruments d'anàlisi.....	31
6.2 Anàlisi de les dades	31
7- CONCLUSIONS.....	56
8- BIBLIOGRAFIA.....	59
9. ÍNDEX DE GRÀFICS.....	63
10. ÍNDEX DE FIGURES.....	64
11. ÍNDEX DE TAULES	64
12. ANNEXOS	65

1- INTRODUCCIÓ

La presència de les pantalles en la vida quotidiana es converteix en una realitat cada vegada més habitual dins la societat actual. Dispositius com els telèfons mòbils, les tauletes o les televisions formen part de l'entorn dels infants des d'edats molt primerenques, fet que genera un ampli debat sobre els possibles efectes que poden tenir en el desenvolupament infantil. En el cas dels infants de 3 a 6 anys, aquesta qüestió adquireix una especial rellevància, ja que es tracta d'una etapa fonamental per al desenvolupament cognitiu, emocional, social i motor. Tot i que les pantalles poden oferir recursos educatius i oportunitats d'aprenentatge, també existeix una preocupació creixent sobre les conseqüències d'un ús excessiu o inadequat.

L'interès per aquesta temàtica neix a partir de l'observació d'una realitat present en el dia a dia. Actualment, és freqüent veure infants molt petits utilitzant dispositius digitals en espais públics, restaurants, transports o sales d'espera. Aquesta situació també es pot observar durant les pràctiques realitzades al llarg del grau, especialment en el segon cicle d'educació infantil, on alguns infants mostren una gran familiaritat i dependència cap a les pantalles des d'edats molt primerenques. Aquestes experiències generen la necessitat de reflexionar sobre el paper que tenen les tecnologies en la infància i sobre la importància de l'acompanyament adult en aquest procés.

A partir d'aquesta inquietud, el present Treball Final de Grau té com a objectiu principal analitzar la percepció de professionals i famílies sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, identificant els usos habituals, els possibles efectes percebuts i diferents propostes educatives orientades a promoure'n un ús responsable en els contextos familiar i educatiu. Així mateix, el treball pretén aprofundir en aspectes com la mediació adulta, els tipus d'ús de les pantalles i la necessitat d'oferir alternatives de joc i aprenentatge més actives.

El treball combina una part teòrica i una part pràctica. D'una banda, es realitza una revisió bibliogràfica i documental sobre l'impacte de les pantalles en la primera infància, els seus possibles beneficis i riscos, i diferents estratègies educatives per afavorir-ne un ús responsable. D'altra banda, la part pràctica consisteix en la creació i presentació d'una pàgina web educativa anomenada "Créixer entre pantalles", pensada com un recurs

destinat a famílies i docents. Aquesta web inclou informació, reflexions, activitats alternatives sense pantalles i recursos orientats a sensibilitzar sobre un ús més conscient de la tecnologia durant la infància.

Pel que fa a la metodologia, el treball es desenvolupa des d'un enfocament mixt, combinant elements qualitius i quantitatius. Per a la recollida d'informació s'utilitzen diferents instruments, com entrevistes a professionals relacionats amb la infància i qüestionaris en línia dirigits a famílies i docents.

En definitiva, aquest treball neix amb la voluntat d'aprofundir en una realitat cada vegada més present en la societat actual i d'oferir una mirada educativa i reflexiva sobre l'ús de les pantalles durant la primera infància, valorant la importància de l'acompanyament adult i la necessitat de promoure hàbits digitals més responsables i equilibrats.

2- MARC TEÒRIC

En aquest apartat es pot observar un esquema d'aquest marc teòric, és a dir, l'estat de l'art que s'ha desenvolupat i la recerca i realització del marc conceptual.

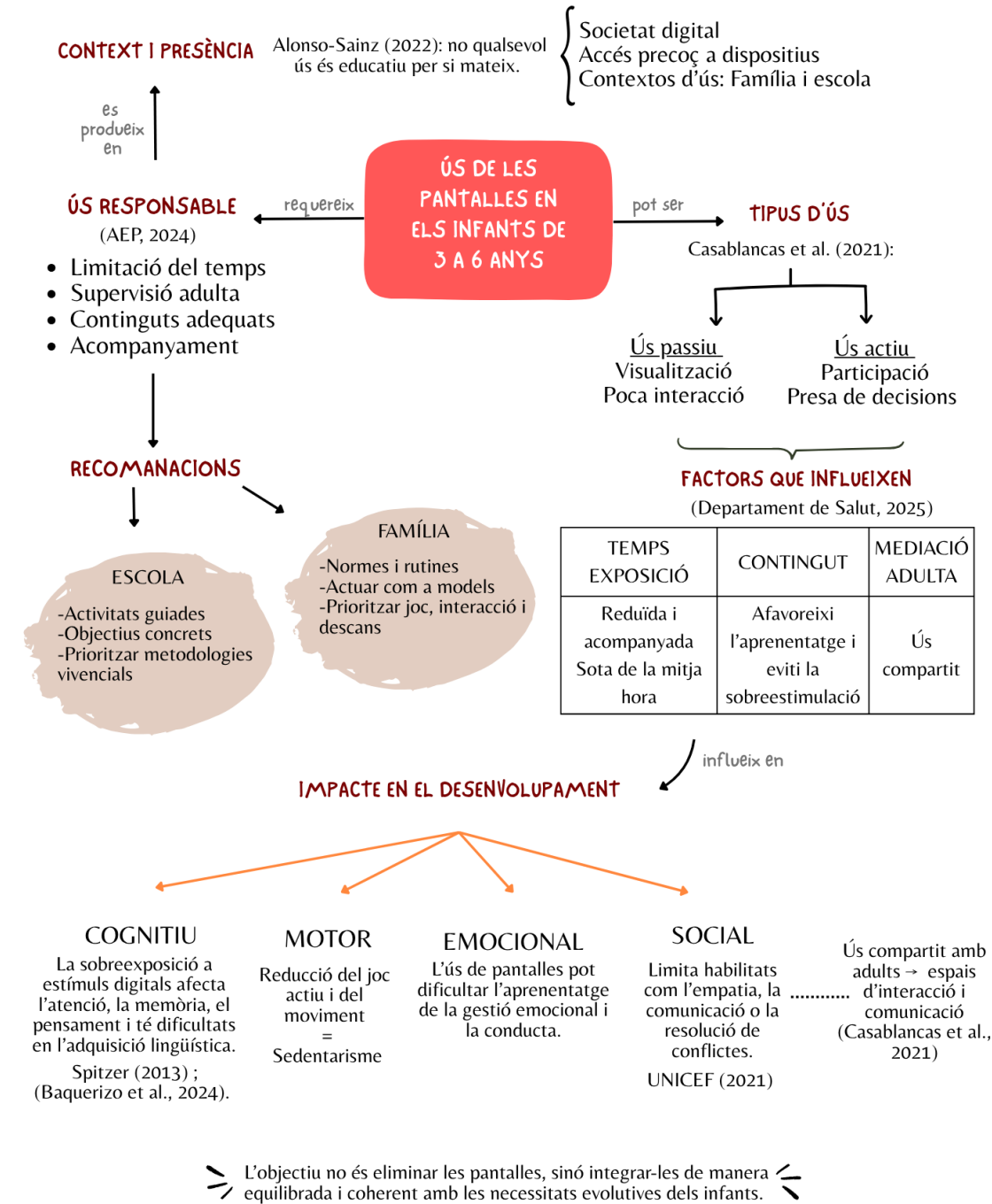


Figura 1. Mapa conceptual del marc teòric. Elaboració pròpia mitjançant Canva

2.1 Contextualització del desenvolupament infantil i la presència de les pantalles en el segon cicle d'infantil

2.1.1 Importància del desenvolupament global en infants de 3 a 6 anys

L'etapa compresa entre els 3 i els 6 anys és un període clau en el desenvolupament dels infants, ja que és en aquests anys quan es determinen avenços significatius en diferents àmbits com el cognitiu, el motor, l'emocional i el social. Aquest desenvolupament es caracteritza per ser global i interrelacionat¹, de manera que les experiències que viuen els infants influeixen simultàniament en diverses dimensions.

Segons el *Departament d'Ensenyament* (2012), durant aquesta etapa els infants progressen en l'adquisició de l'autonomia, el llenguatge i les habilitats socials, alhora que desenvolupen la capacitat simbòlica i la comprensió del món que els envolta. En aquesta mateixa línia, el *Decret 21/2023* estableix que l'educació infantil ha de promoure un desenvolupament integral que respecti els ritmes individuals i potenciï totes les dimensions de la persona (Generalitat de Catalunya, 2023).

Des del punt de vista cognitiu, els infants es troben en una fase en què el pensament és encara intuïtiu, però progressivament esdevé més estructurat a través de l'experiència i la interacció amb l'entorn (Sastre et al., 2001). Aquest procés no es produeix de manera espontània, sinó que depèn en gran manera de la quantitat i qualitat dels estímuls que rep l'infant. En aquest sentit, el joc, l'exploració i la interacció amb altres persones esdevenen elements fonamentals per a la construcció del coneixement.

Pel que fa al llenguatge, aquest experimenta un desenvolupament molt notable i es converteix en una eina essencial per a la comunicació i l'aprenentatge (Baquerizo et al., 2024). Ara bé, aquest desenvolupament està estretament vinculat a la interacció social, fet que implica que les experiències comunicatives reals tenen un paper insubstituïble. En relació amb el desenvolupament motor, es produeix una millora significativa de la coordinació i el control corporal, aspectes que permeten una exploració activa de l'entorn (Departament d'Ensenyament, 2012). Aquesta dimensió sovint queda en segon pla, però

¹ El desenvolupament global i interrelacionat en l'etapa infantil és un procés dinàmic on les àrees cognitiva, motriu, afectiva, social i comunicativa avancen conjuntament.

és clau, ja que el moviment no només contribueix al desenvolupament físic, sinó també al cognitiu i emocional.

En l'àmbit emocional i social, els infants comencen a establir relacions més complexes amb els iguals i a desenvolupar habilitats de regulació emocional. Aquest procés requereix experiències d'interacció i convivència, que no poden ser substituïdes per estímuls digitals.

Això posa de manifest que el desenvolupament infantil en aquesta etapa es construeix a partir de la interacció activa amb l'entorn. Per tant, qualsevol element que formi part del dia a dia dels infants, com és el cas de les pantalles, pot influir de manera significativa en aquest procés. En aquest sentit, no es tracta només de valorar la presència de les pantalles, sinó d'analitzar com aquestes poden alterar el desenvolupament de l'infant.

2.1.2 Augment de l'ús de pantalles en l'àmbit familiar i educatiu

En els darrers anys, les tecnologies digitals han passat a formar part de la vida quotidiana, i la seva presència en la infància és cada vegada més evident. Dispositius com els telèfons mòbils, les tauletes, els ordinadors o la televisió s'han integrat en els nostres entorns, modificant les formes de relació, comunicació i aprenentatge.

Segons l'estudi d'AIJU (2023), la infància a Espanya es caracteritza actualment per un estil de vida més sedentari, amb una reducció del joc actiu i un augment del temps dedicat a les pantalles. Aquest canvi d'hàbits no només implica una transformació en les activitats quotidianes, sinó també en la manera com els infants interactuen amb el seu entorn.

En l'àmbit familiar, les pantalles sovint s'utilitzen com a recurs per entretenir els infants o facilitar la gestió del temps per part dels adults. Tal com assenyala UNICEF (2021), aquestes eines poden actuar com a reguladores del comportament, especialment en situacions en què els adults necessiten moments de tranquil·litat o conciliació. Aquesta realitat reflecteix una necessitat social, però alhora planteja preguntes sobre les conseqüències d'aquest ús.

Així mateix, es pot observar que les pantalles no només responen a una funció tecnològica, sinó també a una funció social i organitzativa dins de les famílies. Això implica que el seu ús no sempre està vinculat a criteris educatius, sinó a necessitats pràctiques del dia a dia familiars.

Pel que fa al context educatiu, la incorporació de les tecnologies digitals s'ha vist impulsada per iniciatives com el *Pla d'Educació Digital de Catalunya 2020-2023* (Departament d'Educació, 2020). Aquestes polítiques busquen adaptar el sistema educatiu a una societat digitalitzada, però també generen el repte d'integrar les tecnologies de manera adequada en etapes primerenques.

Tal com apunta Alonso-Sainz (2022), la presència de les TIC² a l'educació infantil ha de ser objecte de reflexió crítica, ja que no qualsevol ús és educatiu per si mateix. Això porta a plantejar que la simple incorporació de dispositius digitals no garanteix un millor aprenentatge.

Així doncs, l'augment de la presència de les pantalles no només és una qüestió de disponibilitat tecnològica, sinó que reflecteix canvis més profunds en les dinàmiques socials, familiars i educatives. Aquesta idea resulta clau per entendre per què les pantalles actualment tenen un paper tan rellevant en la vida dels infants.

2.1.3 Contextos d'ús: llar vs escola i diferències percebudes

L'ús de les pantalles en la primera infància varia de manera significativa segons el context en què es produeix. Les diferències entre l'àmbit familiar i educatiu es fan evidents tant en la finalitat com en el grau de regulació i supervisió.

En l'entorn familiar, l'ús de pantalles acostuma a ser més flexible i depèn en gran mesura de les dinàmiques i creences de cada família. Grané et al. (2023) assenyalen que les percepcions dels adults sobre les tecnologies influeixen directament en el temps d'exposició i en el tipus de continguts als quals accedeixen els infants. Això explica la gran diversitat de pràctiques existents.

A més, en molts casos, l'ús de pantalles en l'àmbit familiar respon a necessitats immediates, com la gestió del temps o la regulació del comportament. Aquest fet pot provocar que l'ús sigui més espontani i menys planificat.

² TIC: Tecnologies de la Informació i la Comunicació

En canvi, en el context escolar, l'ús de les pantalles es troba més estructurat i respon a una intencionalitat educativa en concret. Segons Casablancas et al. (2021), quan les tecnologies digitals s'integren adequadament, poden contribuir a processos d'aprenentatge significatius. No obstant això, l'ús requereix una planificació i una selecció acurada dels recursos.

Aquesta diferència posa de manifest que no és la tecnologia en si mateixa la que determina els efectes, sinó el context en què s'utilitza i la manera com es gestiona. En aquest sentit, el paper dels adults esdevé clau en ambdós contextos.

Així mateix, les recomanacions de l'Associació Espanyola de Pediatria (2024) insisteixen en la necessitat d'establir límits i garantir la supervisió, especialment en edats primerenques. Aquestes orientacions reforcen la idea que l'ús de les pantalles ha de ser conscient i regulat.

Per concloure, les diferències entre l'àmbit familiar i educatiu no només es refereixen a l'organització de l'ús, sinó també a la seva finalitat i al significat que té per als infants. Aquesta distinció resulta essencial per entendre les diferents formes d'interacció dels infants amb les pantalles i les seves possibles conseqüències.

2.2 Ús de les pantalles en la primera infància

2.2.1 Què s'entén per ús de pantalles en infants

Quan es parla d'ús de pantalles en la primera infància, es fa referència a la interacció dels infants amb dispositius digitals com la televisió, els telèfons mòbils, les tauletes o els ordinadors, incloent-hi activitats com la visualització de continguts audiovisuals, la utilització d'aplicacions o la participació en jocs digitals.

No obstant això, no tots els usos de les pantalles són equivalents, i aquesta és una idea clau per entendre el fenomen. Segons el que proposen Casablancas et al. (2021), cal diferenciar entre un ús passiu, com pot ser visualitzar vídeos sense interacció, i un ús actiu o interactiu, en què l'infant participa i pren decisions. També, l'impacte de les pantalles no depèn únicament del dispositiu utilitzat, sinó de factors que l'acompanyen, com el temps d'exposició, la qualitat dels continguts o el paper de l'adult (AEP, 2024). Per aquest

motiu, parlar d'ús de pantalles implica analitzar un fenomen complex que no es pot reduir a la seva simple presència, sinó que requereix tenir en compte el context i la funció que aquestes tenen en la vida dels infants.

2.2.2 Tipus d'ús més habituals en el segon cicle d'educació infantil

En el segon cicle d'educació infantil, l'ús de les pantalles es manifesta de diverses maneres que varien segons el context familiar i educatiu, tot i que es poden identificar alguns patrons comuns.

D'una banda, destaca un ús orientat a l'entreteniment, especialment a través de la visualització de vídeos o dibuixos animats, sovint amb una participació més aviat passiva per part de l'infant (UNICEF, 2021). D'altra banda, també es dona un ús amb finalitats educatives, mitjançant aplicacions o recursos digitals dissenyats per estimular determinades habilitats. Aquest ús acostuma a estar més planificat en l'àmbit escolar i vinculat als objectius d'aprenentatge (Departament d'Educació, 2020).

Tanmateix, la distinció entre ús educatiu i recreatiu no sempre és clara, ja que molts recursos digitals combinen elements lúdics i pedagògics. Això fa necessari adoptar una mirada crítica a l'hora de valorar-ne la qualitat i la funcionalitat real. A més, cal tenir en compte un altre tipus d'ús cada vegada més present, que és el vinculat a la regulació del comportament. Tal com indica UNICEF (2021), les pantalles s'utilitzen sovint per calmar els infants o gestionar situacions quotidianes, fet que reflecteix una necessitat pràctica, però que pot tenir implicacions si esdevé una estratègia habitual. En conjunt, aquests usos mostren que les pantalles responen a diferents funcions en la vida dels infants, fet que reforça la necessitat d'analitzar-les tenint en compte la seva finalitat i el context.

Temps d'exposició, finalitat, continguts i context d'ús

L'ús de pantalles en la primera infància es pot analitzar a partir de quatre dimensions: el temps d'exposició, la finalitat de l'ús, els continguts consumits i el context en què es produeix. Aquests factors es troben relacionats entre si i influeixen de manera significativa en el desenvolupament global dels infants, fet que reforça la idea que no es pot entendre l'impacte de les pantalles només des d'una perspectiva quantitativa, sinó també qualitativa (Casablanca et al., 2021).

En primer lloc, el temps d'exposició ha estat un dels aspectes més estudiats en relació amb l'impacte de les pantalles. Diverses institucions i organismes recomanen limitar-ne l'ús en les primeres etapes de vida. En aquest cas, en els infants de 3 a 6 anys, es recomana una exposició reduïda i sempre acompanyada, situant-se generalment per sota de la mitja hora diària (Departament de Salut, 2025). En la mateixa línia, l'Associació Espanyola de Pediatria (AEP, 2024) insisteix en la necessitat d'establir límits clars per evitar un ús excessiu. Ara bé, aquestes recomanacions s'han d'interpretar amb flexibilitat, ja que el temps per si sol no determina els efectes de les pantalles, sinó que cal tenir en compte altres variables com el tipus d'activitat o el context en què es produeix l'ús (Casablanca et al., 2021).

En segon lloc, la finalitat de l'ús és un element destacable. No és el mateix un ús passiu, centrat en el consum de continguts audiovisuals, que un ús actiu amb intencionalitat educativa. Tal com assenyala UNICEF (2021), en molts casos les pantalles s'utilitzen com a eina per entretenir o regular el comportament dels infants, fet que pot reduir les oportunitats d'interacció social entre els iguals. Per aquest motiu, es recomana fer servir els dispositius digitals amb objectius concrets i sempre sota supervisió d'un adult, evitant que es converteixin en un recurs habitual (Departament de Salut, 2025). Això posa de manifest que la finalitat de l'ús de les pantalles és un factor important per determinar si l'impacte serà positiu o negatiu.

Pel que fa als continguts, aquests han de ser adequats a l'edat i al nivell maduratiu dels infants. Casablanca et al. (2021) destaquen la importància de seleccionar materials de qualitat que afavoreixin l'aprenentatge i evitin la sobreestimulació. A més, diversos autors coincideixen en el fet que el consum de continguts sense supervisió pot limitar la comprensió i reduir les oportunitats d'aprenentatge significatiu (García & Dias de Carvalho, 2022).

Finalment, el context d'ús esdevé un factor clau sovint menys considerat però igualment rellevant. L'entorn en què s'utilitzen les pantalles influeix en la manera com els infants interpreten i integren els continguts digitals. S'aconsella que els dispositius es facin servir en espais comuns de la llar i amb la presència d'un adult, promovent així un acompanyament actiu i una millor regulació dels hàbits digitals (Departament de Salut,

2025). En aquesta mateixa línia, la Generalitat de Catalunya (2022) destaca la importància de la mediació adulta per fomentar un ús crític i responsable de les tecnologies.

En relació amb les condicions d'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, el Departament de Salut (2025) estableix un conjunt de recomanacions específiques que concreten aspectes com el temps d'exposició, el tipus de continguts o els dispositius adequats. A continuació, es presenta la taula 1, on se sintetitzen aquestes orientacions.

Aspecte	Recomanacions
Exposició	Exposició limitada i sempre acompanyada per un adult. Elaboració d'un pla digital familiar.
Supervisió	Evitar l'ús autònom dels dispositius per part de l'infant. Ús compartit amb l'adult.
Continguts	Seleccionar continguts adequats a l'edat, no violents i amb ritmes visuals lents.
Temps d'ús	Inferior a 30 minuts diaris i no necessàriament cada dia.
Ús dels dispositius	Evitar l'ús de dispositius per jugar. Prioritzar usos concrets i puntuals.
Tipus de dispositius	Televisió i tauletes: visualització de continguts Ordinador: ús educatiu Mòbil i videoconsola: no recomanats (excepte trucades amb familiars)

Taula 1. *Recomanacions per a l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. Elaboració pròpia a partir del Departament de Salut (2025).*

En conjunt, aquests quatre elements – temps, finalitat, continguts i context— evidencien que l'impacte de les pantalles en la primera infància no depèn exclusivament de la quantitat d'ús, sinó d'una sèrie de factors qualitatius que cal tenir en compte. El més rellevant no és evitar pantalles, sinó garantir un ús adequat, regulat i acompanyat per part dels adults.

2.2.3 Factors que influeixen en l'ús de les pantalles

L'ús de les pantalles en la primera infància no és homogeni, sinó que es troba condicionat per una sèrie de factors que influeixen tant en la freqüència com en la manera com els infants interactuen amb els dispositius digitals. Tal com s'ha anat evidenciant en els apartats anteriors, aquest ús no es pot entendre de manera aïllada, sinó que respon a un

conjunt de variables personals, familiars i socials que configuren les pràctiques digitals en la infància.

En primer lloc, el context familiar esdevé un dels factors més determinants, ja que les dinàmiques familiars i el temps disponible dels adults influeixen directament en l'exposició dels infants a les pantalles. En molts casos, aquestes es converteixen en una eina per gestionar el dia a dia, fet que pot afavorir un ús més freqüent i menys regulat (Grané et al., 2023; UNICEF, 2021).

Un altre factor important és el nivell de competència digital dels adults, ja que condiciona la qualitat de l'ús que es fa de les tecnologies. En aquest sentit, no només importa l'accés als dispositius, sinó també la capacitat de seleccionar continguts adequats i d'acompanyar els infants en el seu ús (Generalitat de Catalunya, 2022).

A més a més, l'accessibilitat als dispositius digitals influeix notablement en els hàbits d'ús. La presència de múltiples pantalles a la llar facilita un accés més constant i sovint més autònom per part dels infants, fet que pot dificultar el control del temps i dels continguts.

D'altra banda, cal considerar també factors socials i culturals més amplis. La progressiva digitalització de la societat ha comportat una normalització de l'ús de les pantalles des d'edats molt primerenques, fet que modifica les experiències d'infància i els hàbits quotidians (AIJU, 2023). A més, les iniciatives educatives orientades a la digitalització contribueixen a la seva presència en l'àmbit escolar (Departament d'Educació, 2020).

Finalment, és important destacar que aquests factors no actuen de manera aïllada, sinó que es troben interrelacionats. Aquesta complexitat posa de manifest que l'ús de les pantalles no depèn únicament de l'infant, sinó del context en què es desenvolupa, reforçant la necessitat d'una mirada global sobre aquest fenomen.

2.3 Impacte de les pantalles en el desenvolupament infantil

La presència creixent de les pantalles en la vida quotidiana dels infants ha generat un ampli debat sobre les seves implicacions en el desenvolupament. Lluny d'una visió simplista, la recerca actual mostra que els seus efectes depenen de múltiples variables,

com la intensitat d'ús, el tipus de contingut i el context en què s'utilitzen (Muppalla et al., 2023). Això obliga a analitzar-ne l'impacte des d'una perspectiva global i diferenciada.

2.3.1 Efectes en el desenvolupament cognitiu

Pel que fa al desenvolupament cognitiu, l'ús de pantalles pot tenir efectes diversos en funció de les condicions en què es produeix. D'una banda, alguns estudis indiquen que determinats continguts digitals poden contribuir a l'adquisició de coneixements i habilitats bàsiques, especialment quan es fan servir amb una intencionalitat pedagògica clara i amb l'acompanyament d'un adult (Casablanca et al., 2021). En aquest sentit, les tecnologies poden esdevenir una eina complementària dins dels processos d'aprenentatge. Malgrat tot, diversos autors adverteixen que un ús excessiu o inadequat pot interferir en processos cognitius fonamentals. Spitzer (2013) assenyala que la sobreexposició a estímuls digitals pot afectar la capacitat d'atenció, la memòria i el pensament profund, ja que afavoreix una recepció ràpida i superficial de la informació. Aquesta idea connecta amb la necessitat de fomentar experiències que requereixin concentració sostinguda, especialment en edats primerenques.

A més, cal tenir en compte que el temps dedicat a les pantalles sovint substitueix altres activitats essencials per al desenvolupament cognitiu, com el joc simbòlic, la manipulació d'objectes o la interacció directa amb l'entorn (García & Dias de Carvalho, 2022). Aquest fet posa de manifest que el problema no és només el que aporten les pantalles, sinó també el que desplacen.

Pel que fa especialment al desenvolupament del llenguatge, diversos estudis indiquen que una exposició elevada a pantalles, en concret quan es produeix sense interacció amb adults, pot estar relacionada amb dificultats en l'adquisició lingüística (Baquerizo et al., 2024). Això passa perquè el llenguatge es desenvolupa principalment a través de la interacció social, que implica resposta, adaptació i comunicació bidireccional.

En definitiva, l'impacte de les pantalles en el desenvolupament cognitiu no es pot entendre de manera aïllada, sinó en relació amb les experiències que ofereixen o que substitueixen. Aquesta idea reforça la importància de valorar el tipus d'activitat que formen part del dia a dia dels infants.

2.3.2 Efectes en el desenvolupament motor

En relació amb el desenvolupament motor, un dels principals riscos associats a l'ús de les pantalles és l'augment del sedentarisme. L'estudi d'AIJU (2023) assenyala que l'increment del temps davant de dispositius digitals està relacionat amb una reducció del joc actiu i del moviment, fet que pot tenir conseqüències en el desenvolupament físic dels infants.

Durant la primera infància, el moviment és essencial no només per al desenvolupament motor, sinó també per al cognitiu i emocional. Tal com indica el *Departament d'Ensenyament* (2012), l'exploració activa de l'entorn permet als infants construir coneixement a partir de l'experiència directa. En aquest sentit, la reducció del temps dedicat a activitats físiques pot limitar aquestes oportunitats d'aprenentatge.

A més, alguns estudis asseguren que el temps prolongat davant de pantalles pot estar associat amb problemes de salut relacionats amb el sedentarisme. Roman-Juan et al. (2022) assenyalen que l'augment del temps sedentari pot tenir efectes físics a llarg termini, com dolors musculoesquelètics, tot i que aquests efectes s'han estudiat principalment en edats més avançades.

Aquesta realitat posa de manifest que les pantalles no només tenen un impacte en l'àmbit cognitiu o emocional, sinó també físic. Per tant, resulta fonamental garantir un equilibri entre activitats digitals i activitats que impliquin moviment, especialment en una etapa en què el cos té un paper molt important en el desenvolupament.

2.3.3 Conseqüències en l'àmbit emocional i social

L'impacte de les pantalles també es manifesta en l'àmbit emocional i social, especialment en una etapa en què els infants estan construint les seves habilitats de relació i regulació emocional. Aquest desenvolupament es basa principalment en la interacció amb altres persones, fet que es pot veure alterat si el temps dedicat a les pantalles substitueix aquestes experiències.

Segons UNICEF (2021), un ús excessiu de pantalles pot reduir les oportunitats d'interacció social, d'aquesta manera limita el desenvolupament d'habilitats com l'empatia, la comunicació o la resolució de conflictes. A més a més, l'ús de pantalles com

a eina per regular el comportament pot dificultar l'aprenentatge de la gestió emocional, perquè l'infant no desenvolupa estratègies pròpies per afrontar determinades situacions.

En aquesta línia, García & Dias de Carvalho (2022) destaquen que la manca d'interacció directa amb adults pot afectar la qualitat dels vincles afectius i el desenvolupament de competències socials. Aquest aspecte és especialment rellevant en la primera infància, en què la relació amb els adults de referència té un paper fonamental.

Tanmateix, cal evitar una visió totalment negativa. Quan les pantalles s'utilitzen de manera compartida, poden generar espais d'interacció i comunicació que afavoreixen el desenvolupament social (Casablanca et al., 2021). Això reforça la idea que el factor determinant no és la tecnologia en si mateixa, sinó la manera com es fa servir.

2.3.4 Beneficis i riscos segons el temps i el tipus d'ús

L'anàlisi de l'impacte de les pantalles en el desenvolupament infantil posa de manifest que no es tracta d'un fenomen homogeni, sinó que depèn de múltiples variables. Per aquest motiu, resulta més adequat parlar de beneficis i riscos condicionats pel temps, el tipus d'ús i el context en què es dona.

D'una banda, les pantalles poden oferir oportunitats educatives, especialment quan es fan servir continguts de qualitat, adaptats a l'edat de l'infant i sempre amb l'acompanyament d'un adult. En aquests casos, poden contribuir a l'aprenentatge i a l'estimulació cognitiva (Casablanca et al., 2021). Això mostra que les tecnologies digitals poden tenir un paper positiu si es fan servir de manera adequada.

D'altra banda, els riscos apareixen principalment quan es dona un ús excessiu, passiu o no supervisat. L'Associació Espanyola de Pediatria (2024) assenyala que un excés de temps davant de pantalles pot afectar diferents àmbits del desenvolupament, com el son, l'atenció o el comportament. A més, autors com Hill (2016) ja advertien de la necessitat d'evitar una exposició precoç i prolongada, especialment en una etapa en què el cervell és molt sensible als estímuls externs. Aquesta idea reforça la importància de la prevenció i de l'acompanyament de l'adult.

En definitiva, l'impacte de les pantalles no es pot entendre en termes absoluts, sinó en funció de com s'utilitzen. Aquesta idea connecta amb el següent apartat, en què s'abordarà la necessitat d'establir estratègies i orientacions als adults que permetin un ús responsable i equilibrat de les tecnologies en la infància.

2.4 Recursos educatius per a un ús responsable

L'ús de les pantalles en la primera infància requereix una mirada educativa que vagi més enllà de la dicotomia entre benefici i risc. Tal com assenyalen diversos estudis, l'impacte de la tecnologia en el desenvolupament infantil depèn molt de factors com el context d'ús, la mediació adulta i les creences familiars sobre el seu valor educatiu (Grané et al., 2023). Per aquest motiu, resulta imprescindible disposar de recursos i orientacions que permetin integrar les pantalles de manera responsable, tant en l'àmbit escolar com familiar.

En aquest sentit, les institucions de salut i educació coincideixen en la necessitat de promoure un ús limitat, supervisat i amb intencionalitat pedagògica, especialment en l'etapa de 3 a 6 anys, en què el desenvolupament global de l'infant es basa principalment en l'experiència directa, el joc i la interacció social (Departament de Salut, 2025).

2.4.1 Estratègies pedagògiques per integrar les pantalles de manera adequada a infants

La incorporació de les pantalles en l'etapa infantil ha de respondre a criteris pedagògics coherents amb les necessitats evolutives dels infants. Això implica entendre la tecnologia com un recurs complementari, i no substitutiu, de les experiències d'aprenentatge essencials.

Per una banda, una de les estratègies principals és l'ús intencional i planificat de les pantalles. Aquestes han d'estar al servei d'objectius concrets, com a exemple reforçar continguts o estimular el llenguatge. En cap cas haurien d'utilitzar-se com a recurs per ocupar el temps de manera passiva.

A més, és fonamental prioritzar activitats interactives per fomentar la participació activa de l'infant. Tal com apuntaven Cánovas et al. (2014), no tots els usos digitals tenen el mateix impacte, i aquells que impliquen interacció i presa de decisions resulten més enriquidors que el consum passiu de continguts audiovisuals.

Per una altra banda, una estratègia clau és la integració amb experiències reals. Les activitats digitals han d'estar relacionades amb el món físic i social de l'infant, combinant-se amb el joc simbòlic, la relació amb els altres i la manipulació. Aquesta complementaritat permet evitar una dependència excessiva de les pantalles i afavoreix un desenvolupament equilibrat.

Així, doncs, cal tenir en compte la limitació i organització del temps d'ús, perquè les activitats digitals s'han de situar en moments concrets i evitar una exposició continuada. Segons el Departament de Salut (2025), en aquesta etapa és recomanable una exposició molt reduïda i sempre sota una supervisió adulta.

2.4.2 Paper de l'adult

El paper de l'adult és clau en la construcció d'un ús saludable de les pantalles. Tant en l'àmbit familiar com educatiu, els adults han d'actuar com a mediadors, models i reguladors de les pràctiques digitals dels infants.

En primer lloc, destaca la funció de modelatge. Els infants tendeixen a imitar els comportaments dels adults, de manera que els seus hàbits digitals influeixen directament en la manera com els infants es relacionen amb la tecnologia. Un ús equilibrat i conscient per part de l'adult contribueix a establir referents positius.

En segon lloc, la mediació activa esdevé essencial. Acompanyar a l'infant durant l'ús de les pantalles, comentar el contingut i fomentar la reflexió permet transformar una activitat potencialment passiva en una experiència d'aprenentatge compartit. En aquest sentit, Grané et al. (2023) destaquen que les creences familiars sobre la tecnologia condicionen la manera com es regula i s'acompanya el seu ús.

A més a més, l'adult exerceix una funció de regulació, establint límits clars pel que fa al temps, els espais i els moments en què es fa servir. Aquestes normes han de ser coherents i adaptades segons l'edat de l'infant, evitant tant la permissivitat excessiva com la prohibició absoluta.

Finalment, cal remarcar la importància de la selecció de continguts. Els adults han de vetllar perquè els materials digitals siguin adequats, de qualitat i coherents amb els objectius educatius. Aquesta tasca és essencial en un context en què l'oferta digital és molt àmplia i diversa.

2.4.3 Recomanacions i orientacions per a l'etapa infantil

Les recomanacions per a un ús responsable de les pantalles en la primera infància es basen en el consens entre àmbits com la salut, l'educació i la recerca. Aquestes orientacions tenen com a objectiu garantir que la tecnologia no interfereixi en el desenvolupament global de l'infant.

En l'àmbit familiar, es recomana limitar el temps d'exposició i assegurar que aquest sigui sempre supervisat. Segons el Departament de Salut (2025), en infants de 3 a 6 anys l'ús hauria de ser molt restringit, prioritzant altres activitats essencials com el joc, la interacció social i el descans. També, és important evitar l'ús de pantalles en moments sensibles, com abans d'anar a dormir, a l'hora de dinar i establir rutines clares i coherents.

En l'àmbit escolar, les orientacions se centren en un ús pedagògic i justificat de la tecnologia. Les pantalles han de formar part de propostes educatives amb intencionalitat clara, evitant-ne un ús indiscriminat. Així mateix, cal prioritzar metodologies actives i vivencials, en què l'infant sigui protagonista del seu aprenentatge.

D'altra banda, és determinant fomentar una educació digital primerenca que ajudi els infants a desenvolupar hàbits saludables i una actitud crítica envers la tecnologia. Tal com apunten Cánovas et al. (2014), la interacció progressiva i guiada dels dispositius pot contribuir a prevenir usos inadequats en etapes posteriors.

En conjunt, aquestes orientacions posen de manifest que l'objectiu no és eliminar les pantalles, sinó integrar-les de manera equilibrada i coherent amb les necessitats evolutives dels infants. Això implica una acció coordinada entre família i escola, basada en la comunicació i la responsabilitat compartida.

3- OBJECTIUS

Les preguntes d'investigació plantejades son:

Pregunta general d'investigació: Quina percepció tenen els professionals i les famílies sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys en els contextos educatiu i familiar?

- **Pregunta 1:** Quins són els tipus d'ús de pantalles més habituals en el segon cicle d'educació infantil?
- **Pregunta 2:** Quins possibles efectes associen o identifiquen els professionals amb l'ús de pantalles en aquesta franja d'edat (cognitiu, motors, emocionals i socials)?
- **Pregunta 3:** Quines orientacions i propostes educatives consideren més adequades per afavorir un ús responsable de les pantalles a educació infantil?

Per trobar resposta a aquestes preguntes es proposa el següent objectiu general:

OBJ. General. Analitzar la percepció de professionals i les famílies sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, identificant usos habituals, possibles efectes percebuts i propostes educatives per promoure'n un ús responsable en els contextos educatiu i familiar.

- **Objectiu Específic 1:** Descriure els tipus d'ús de pantalles més habituals en infants de 3 a 6 anys (temps d'exposició, finalitat, continguts i context d'ús) segons la percepció dels professionals i famílies.
- **Objectiu Específic 2:** Identificar quins possibles efectes de l'ús de les pantalles (cognitiu, motors, emocionals i socials) descriuen els professionals en aquesta etapa educativa.
- **Objectiu Específic 3:** Dissenyar propostes educatives i orientacions que promoguin un ús responsable i adequat de les pantalles en el segon cicle d'educació infantil, a partir de la informació recollida.

4- DISSENY DE LA RECERCA

En aquest apartat es presenta el plantejament metodològic del treball, així com les diferents fases desenvolupades durant el procés d'investigació, els instruments emprats per a la recollida de dades, el context en què s'ha dut a terme la proposta i la temporalització seguida al llarg del projecte.

4.1 Enfocament metodològic

Aquest disseny d'investigació té uns processos concrets i definits, amb tres grans fases: l'Anàlisi, el Disseny i la Implementació, i avaluació (Figura 2). La metodologia EDR es basa en els mateixos principis fonamentals que la metodologia DBR: disseny interactiu, col·laboració amb experts i anàlisi de dades empíriques (Plomp & Nieveen, 2009).

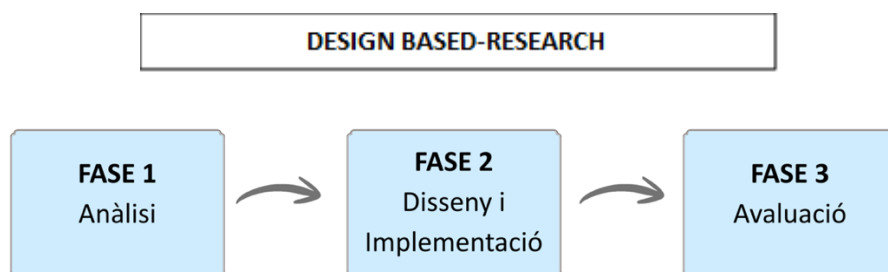


Figura 2. Fases del disseny d'investigació de la metodologia Reeves (2006).

Cadascuna d'aquestes fases ens marca el temps en els quals la proposta ha esdevingut i les característiques que la integren. Una vegada el projecte ha superat cada fase, es passa a la següent de manera que les va integrant, fins que a la fase s'obtenen els resultats i avaluacions que permetin concloure amb els principis del disseny.

La metodologia emprada ha estat de caràcter mixt, combinant una perspectiva qualitativa i quantitativa amb la finalitat d'obtenir una informació més clara i profunda sobre l'estudi. A més, per desenvolupar les diferents fases del disseny basat en la investigació, s'han seguit diverses accions metodològiques que permeten estructurar el procés de recerca, elaborar la proposta educativa i analitzar les dades obtingudes.

A continuació es mostra la taula de relació d'accions que intervenen en cada fase del disseny:

FASES EDR <i>Fases del disseny basat en la investigació (Plomp & Nieveen, 2009)</i>	ELEMENTS
FASE 1: Anàlisi de problemes pràctics.	Declaració i justificació del problema de recerca.
	Definició dels objectius i de les preguntes de recerca.
	Cerca i selecció bibliogràfica.
	Revisió de la literatura i redacció del marc teòric.
	Disseny i aplicació dels instruments inicials de recerca: - Instrument 1: Entrevistes als professionals de l'educació i una família.
FASE 2: Disseny i desenvolupament de la intervenció educativa. Aplicació de les eines.	Disseny i elaboració de la proposta: pàgina web “Créixer entre pantalles”.
	Creació dels qüestionaris: - Instrument 2: Dirigit a docents. - Instrument 3: Dirigit a famílies.
	Presentació de la pàgina web en un centre educatiu.
	Mostra i context.
	Recopilació de les dades.
FASE 3: Avaluació de les propostes.	Tractament de les dades.
	Anàlisi dels resultats.
	Conclusions.

Taula 2. Taula basada en els principals elements de les fases per a la investigació del disseny (modificat de Reeves, 2006).

4.2 Instruments

Per a la recollida d'informació es van utilitzar diferents instruments de caràcter qualitatiu i quantitatiu, amb la finalitat d'obtenir una visió àmplia sobre les percepcions dels professionals i de les famílies respecte a l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys. Per tant, aquest treball utilitza tres instruments de recollida de dades:

- Instrument 1: Entrevistes dirigides als professionals de l'educació i sanitat, i una família d'un infant de quatre anys.
- Instrument 2: Qüestionari dirigit als docents del segon cicle d'educació infantil.
- Instrument 3: Qüestionari adreçat a les famílies amb infants d'entre 3 i 6 anys.

Pel que fa als qüestionaris, abans d'emplenar les preguntes, es va crear un apartat de consentiment conforme la persona participant presta el consentiment de participar en l'estudi i de compliment de la informació. La taula emprada per a la informació de protecció de dades personals es pot consultar a [l'annex 1](#).

Instrument 1. Entrevistes

L'entrevista ha estat una tècnica de recollida d'informació que ha permès obtenir dades qualitatives a partir d'un guió prèviament establert, tot mantenint una certa flexibilitat durant la conversa. Aquest tipus d'instrument ha facilitat aprofundir en les percepcions, experiències i opinions de les persones entrevistades, afavorint respostes més reflexives i contextualitzades sobre la temàtica investigada.

En el present treball, les entrevistes s'han dirigit a quatre perfils diferents vinculats a l'àmbit educatiu, sanitari i familiar: una mestra d'educació infantil, una psicòloga infantil, una infermera i una família amb un infant de quatre anys. La finalitat d'utilitzar aquest instrument ha estat obtenir una visió àmplia i complementària sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, així com identificar percepcions, preocupacions i experiències relacionades amb aquesta realitat.

Les entrevistes s'han estructurat a partir de diferents categories adaptades a cada perfil professional i familiar entrevistat. En el cas de la mestra d'educació infantil ([vegeu annex 2](#)), les categories han estat: ús de pantalles a l'escola, percepció sobre l'impacte en l'aprenentatge, relació escola-família, i estratègies i orientacions educatives. Pel que fa a la psicòloga infantil ([vegeu annex 3](#)), s'han abordat aspectes relacionats amb l'ús de pantalles, l'impacte emocional i conductual, el desenvolupament social i comunicatiu, i les recomanacions i mesures de prevenció.

D'altra banda, l'entrevista dirigida a la infermera ([vegeu annex 4](#)), s'ha organitzat a partir de les categories següents: impacte físic i hàbits saludables, famílies i dificultats habituals,

pautes sanitàries sobre l'exposició a pantalles, i prevenció i educació en salut. Finalment, en l'entrevista realitzada a la família ([vegeu annex 5](#)) s'han tractat aspectes vinculats als hàbits d'ús a casa, la finalitat i els continguts utilitzats, la percepció dels efectes de les pantalles i la gestió dels límits i dificultats en el dia a dia.

Cada entrevista ha inclòs diferents preguntes obertes orientades a aprofundir en les experiències i opinions dels participants. Tot i mantenir una estructura comuna basada en categories, les preguntes s'han contextualitzat segons el perfil entrevistat amb la finalitat d'obtenir informació més específica i significativa. Aquest plantejament ha permès obtenir una visió transversal i enriquidora sobre la presència de les pantalles en la primera infància des de diferents perspectives professionals i familiars.

Instrument 2. Qüestionari dirigit als docents

El qüestionari ([vegeu annex 6](#)) s'ha dissenyat com una eina de recollida de dades adreçada a docents del segon cicle d'educació infantil, amb la finalitat d'analitzar la seva percepció sobre l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. L'instrument s'ha estructurat en blocs per garantir la coherència entre els objectius de la investigació i les dimensions analitzades: usos habituals, possibles efectes percebuts, ús educatiu a l'aula i orientacions per a un ús responsable.

Instrument 3: Qüestionari dirigit a les famílies d'infants entre 3 i 6 anys

El qüestionari ([vegeu annex 7](#)) adreçat a les famílies s'ha dissenyat com una eina de recollida de dades breu, clara i accessible, amb l'objectiu d'analitzar la percepció familiar sobre l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. L'instrument permet recollir informació sobre els usos habituals de les pantalles a casa, els possibles efectes percebuts en el desenvolupament infantil i les orientacions que les famílies consideren necessàries per promoure'n un ús responsable.

Per poder garantir una coherència metodològica del present treball, s'ha dissenyat una taula que mostra la relació entre els instruments de la recollida de dades amb els objectius i preguntes de recerca plantejats prèviament. Dur a terme aquesta planificació garanteix que la selecció de la mostra s'adeqüi al treball.

Instruments	Objectius	Pregunta de recerca	Mostra
I1. Entrevistes	OE1 OE2	P1 P2	Una mestra d'educació infantil del centre escollit, una psicòloga infantil, una infermera i una família d'un infant de quatre anys.
I2. Qüestionari docents	OE1 OE2 OE3	P1 P2 P3	10 professionals de l'educació del segon cicle d'educació infantil: Equip docent del centre escollit (El Prat de Llobregat).
I3. Qüestionari famílies	OG OE1 OE2 OE3	PG P1 P2 P3	26 famílies del segon cicle d'infantil del centre seleccionat.

***Taula 3.** Relació dels instruments amb els objectius, preguntes de recerca i la mostra.
Elaboració pròpia.*

4.3 Context

La presentació i validació del recurs digital “Créixer entre pantalles” s’ha portat a terme en una escola pública situada al Prat de Llobregat, municipi de la comarca del Baix Llobregat. Per dur a terme aquesta presentació s’ha signat una autorització per les tres bandes (universitat, escola i autora del treball). El centre compta amb una doble línia tant a l’etapa d’educació infantil com a la d’educació primària i acull una realitat social i cultural diversa, pròpia d’un context urbà amb diferents nivells socioeconòmics. Aquesta diversitat fa que l’escola sigui un espai adequat per abordar una temàtica present en moltes famílies i entorns educatius actuals, com és l’ús de les pantalles durant la primera infància.

El recurs educatiu s’ha presentat davant de les mestres del segon cicle d’educació infantil amb la finalitat de donar a conèixer el contingut de la pàgina web, recollir impressions professionals i valorar la utilitat pedagògica de la proposta. Aquesta presentació també ha permès generar un espai de reflexió compartida sobre els hàbits digitals dels infants i el paper dels adults en l’acompanyament de l’ús de les pantalles.

L'elecció d'aquest context s'ha relacionat directament amb la necessitat d'investigar una realitat cada vegada més visible dins dels centres educatius. La presència habitual de pantalles en la vida quotidiana dels infants de 3 a 6 anys ha generat inquietuds tant en l'àmbit familiar com educatiu, especialment pel possible impacte que poden tenir en el desenvolupament infantil. Per aquest motiu, s'ha considerat rellevant analitzar les percepcions de docents i famílies, així com crear un recurs digital amb una finalitat educativa i orientadora.

4.4. Planificació de la recollida de dades

A través dels diversos instruments comentats anteriorment s'ha pogut dur a terme la recollida de dades. Aquestes s'han planificat a partir d'una avaluació inicial, una implementació de la proposta educativa i una avaluació final.

- **Avaluació inicial (Fase 1)**

En aquesta primera fase s'ha portat a terme la recollida inicial d'informació a través de diferents entrevistes dirigides a professionals vinculats als àmbits educatiu i sanitari, així com a una família amb infants d'entre 3 i 6 anys. Aquest procés s'ha desenvolupat amb la finalitat d'obtenir una visió àmplia sobre les percepcions relacionades amb l'ús de les pantalles en la primera infància.

Paral·lelament, s'ha dut a terme el disseny i la creació del recurs digital “Créixer entre pantalles” a través de la plataforma Wix (<https://entrepantalles.wixsite.com/lidiacastillo>). Aquest recurs s'ha elaborat amb l'objectiu d'oferir informació, orientacions i propostes educatives adreçades principalment a famílies i docents d'educació infantil.

Posteriorment, s'han dissenyat els qüestionaris dirigits a docents i famílies per recollir dades relacionades amb els hàbits d'ús de les pantalles, les percepcions sobre els seus efectes i la importància de la mediació adulta durant aquesta etapa educativa.

- **Implementació de la proposta educativa (Fase 2)**

En aquesta segona fase, s'ha implementat en un centre escolar el recurs digital “Créixer entre pantalles” a docents d'educació infantil. El recurs s'ha presentat amb la finalitat de donar-lo a conèixer, compartir-ne els continguts i afavorir un espai de reflexió sobre l'ús responsable de les pantalles.

Després de la presentació de la pàgina web, s'ha facilitat un qüestionari a l'equip de mestres d'educació infantil amb l'objectiu de recollir les seves percepcions i valoracions. Paral·lelament, des de la direcció del centre s'ha fet difusió de la pàgina web i el qüestionari dirigit a les famílies d'educació infantil per tal de facilitar-ne la participació i obtenir respostes.

- **Avaluació final (Fase 3)**

Finalment, en l'última fase, s'ha realitzat el recull i l'anàlisi de totes les dades obtingudes durant la investigació. Aquesta fase ha permès interpretar la informació recollida a través de les entrevistes, els qüestionaris i la implementació del recurs digital, amb la finalitat de valorar el grau d'assoliment dels objectius plantejats i extreure les conclusions finals de l'estudi.

TEMPORALITZACIÓ DE LA RECOLLIDA DE DADES	
<i>Avaluació inicial</i>	
Entrevistes als professionals de l'àmbit educatiu i sanitari i, a una família	Del 31 de març fins al 13 de maig
Disseny del recurs digital: "Créixer entre pantalles"	Des del 15 d'abril fins al 15 de maig
Creació de qüestionaris per a docents i famílies	Des de l'1 de maig fins al 15 de maig
<i>Implementació de la proposta educativa</i>	
Implementació del recurs digital: "Créixer entre pantalles" a docents d'educació infantil i difusió dels qüestionaris	Dia 21 de maig
<i>Avaluació final</i>	
Recull de les dades de tractament i anàlisi	Del 15 al 31 de maig

Taula 4. Taula temporalització de la recollida de dades.

4.5 Validació de l'instrument i la metodologia

En primer lloc, respecte a l'**instrument 1**, les preguntes que consten a les **entrevistes** dirigides als professionals de l'educació, de l'àmbit sanitari i a una família, han estat revisades i validades per la tutora d'aquest treball. Aquest procés ha permès garantir l'adequació de les preguntes als objectius de la investigació i assegurar la coherència amb la temàtica abordada. Posteriorment, la informació obtinguda a través de les entrevistes s'ha contrastat amb les aportacions recollides en el marc teòric, fet que ha facilitat una anàlisi més profunda i fonamentada de les dades recollides.

En segon lloc, respecte a l'**instrument 2**, el **qüestionari dirigit als docents d'educació infantil**, la construcció dels ítems s'ha fonamentat en recomanacions i marcs de referència sobre infància, pantalles i desenvolupament. Les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut destaquen la importància de limitar el sedentarisme associat a pantalles i promoure el joc actiu, el moviment i el descans adequat en la primera infància (World Health Organization, 2019). En la mateixa línia, l'American Academy of Pediatrics subratlla que l'ús de mitjans digitals en infants petits ha de ser limitat, de qualitat, acompanyat per a adults i no ha de substituir el joc, el son, la conversa ni la interacció social (Council on Communications and Media, 2016).

També s'han tingut en compte les aportacions de la NAEYC i el Fred Rogers Center, que entenen la tecnologia i els mitjans interactius com a eines que només poden afavorir l'aprenentatge quan s'utilitzen de manera intencional, adequada al desenvolupament i integrada dins de pràctiques educatives significatives (NAEYC & Fred Rogers Center, 2012). A nivell contextual, les orientacions recents de la Generalitat de Catalunya sobre educació i digitalització remarquen la necessitat d'acompanyar les famílies, establir hàbits saludables i preservar espais lliures de pantalles en les primeres edats (Departament d'Educació i Formació Professional, 2025).

Per a la dimensió relacionada amb possibles efectes percebuts, s'han incorporat ítems inspirats en dimensions habituals en la literatura sobre ús problemàtic de mitjans digitals en infants, com la dificultat per desconnectar, la irritabilitat, el conflicte, la necessitat d'estímul immediats o l'afectació en el funcionament quotidià. En aquest sentit, el Problematic Media Use Measure (PMUM) de Domoff et al. (2019) constitueix una

referència rellevant, tot i que el present qüestionari no pretén diagnosticar ús problemàtic, sinó recollir percepcions docents sobre possibles indicadors observables en el context escolar.

En tercer lloc, respecte a l'**instrument 3**, el **qüestionari dirigit a famílies amb infants entre 3 i 6 anys**, la construcció s'ha organitzat a partir dels objectius específics de la investigació. Per una banda, les preguntes sobre dispositius, temps d'ús, moments del dia, finalitats i continguts permeten descriure el context familiar d'ús de pantalles. Per una altra banda, els ítems sobre efectes percebuts recullen observacions familiars relacionades amb l'atenció, el descans, la regulació emocional, el joc lliure, l'activitat física i possibles aprenentatges positius. Finalment, les preguntes sobre necessitats d'orientació ajuden a identificar quines propostes educatives podrien resultar més útils per a les famílies.

L'eina s'ha fonamentat en recomanacions i models previs sobre ús de pantalles en primera infància. Les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut destaquen la importància d'equilibrar el temps sedentari, el descans, l'activitat física i el joc en infants petits (World Health Organization, 2019). En aquesta línia, el qüestionari incorpora preguntes sobre el temps d'exposició, els moments d'ús i possibles alteracions del descans o del joc actiu.

També s'han tingut en compte les orientacions de l'American Academy of Pediatrics, especialment pel que fa a la necessitat d'acompanyament adult, selecció de continguts de qualitat, establiment de normes familiars i planificació compartida de l'ús dels mitjans digitals (Council on Communications and Media, 2016; American Academy of Pediatrics, 2026). Per aquest motiu, s'han afegit preguntes sobre supervisió, conversa amb l'infant, normes, espais i moments d'ús.

A més, les aportacions de la NAEYC i el Fred Rogers Center permeten entendre la tecnologia com una eina que pot tenir valor educatiu quan s'utilitza de manera intencional, adequada al desenvolupament i integrada en experiències d'aprenentatge significatives (NAEYC & Fred Rogers Center, 2012). Aquesta perspectiva justifica la incorporació d'ítems que no només recullen riscos o preocupacions, sinó també possibles usos educatius positius, sempre condicionats per la qualitat del contingut i l'acompanyament adult.

Finalment, alguns ítems s'inspiren en dimensions presents en mesures sobre ús problemàtic de mitjans digitals en infants, especialment aquelles relacionades amb la dificultat per deixar les pantalles, l'ús com a regulador emocional, la irritabilitat quan finalitza l'ús i la interferència amb altres activitats quotidianes (Domoff et al., 2019). Tot i això, el qüestionari no té finalitat diagnòstica, sinó descriptiva i exploratòria. A més, en el disseny dels dos qüestionaris, s'ha utilitzat una escala tipus Likert de 5 punts perquè permet recollir el grau d'acord, percepció o valoració de les participants de manera ordenada i fàcilment quantificable. Aquest tipus d'escala és habitual en recerca educativa i social, ja que permet transformar opinions o percepcions subjectives en dades analitzables. (Likert, 1932; Joshi et al., 2015)

Cal destacar, que els dos qüestionaris no es presenten com a instruments validats de manera independent, sinó com una adaptació ad hoc fonamentada en recomanacions i dimensions procedents de fonts i instruments de referència. Per reforçar-ne la qualitat metodològica, els instruments han estat revisats des d'una perspectiva acadèmica i pedagògica, revisant la claredat, pertinència i coherència dels ítems amb els objectius del treball.

5- DESENVOLUPAMENT

Tal com s'ha argumentat a l'apartat d'enfocament metodològic (4.1), cada una de les fases (figura 2) ens marca els temps en els quals la proposta ha d'esdevenir i quines són les característiques que les integren.

En la **primera fase** de la investigació, s'ha dut a terme una revisió de la literatura amb la finalitat d'aprofundir en la temàtica de l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys i construir una base teòrica sòlida per al desenvolupament del treball. Aquesta cerca bibliogràfica s'ha centrat principalment en articles científics, llibres, estudis acadèmics i documents relacionats amb l'àmbit educatiu i el desenvolupament infantil.

A partir de la informació recollida, s'han organitzat de manera coherent els diferents continguts i dimensions vinculades a la investigació, i això permet estructurar el marc teòric del treball. Posteriorment, s'ha realitzat una síntesi de les aportacions més

rellevants per tal d'analitzar els principals efectes, usos i implicacions de les pantalles durant la primera infància.

Aquest apartat s'ha construït a partir de les aportacions de diversos autors i autores especialitzats en l'àmbit educatiu, psicològic i del desenvolupament infantil, fet que ha permès obtenir una mirada àmplia i fonamentada sobre l'objecte d'estudi.

En la **segona fase** del treball s'ha dut a terme el disseny i la implementació del recurs digital “Créixer entre pantalles”, una pàgina web educativa creada amb la finalitat d'oferir informació, recursos i eines de reflexió sobre l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. Aquest recurs neix de la necessitat d'apropar aquesta realitat a famílies i professionals de l'educació infantil, promovent una mirada crítica i conscient sobre la presència de les pantalles en la vida quotidiana dels infants.

La pàgina web s'ha estructurat en diferents apartats amb l'objectiu de facilitar una navegació clara, visual i accessible ([vegeu annex 8](#)). En primer lloc, l'apartat d'”Inici” inclou una breu explicació del projecte i tres frases de reflexió relacionades amb la temàtica.

Seguidament, a l'apartat d'”Experiències reals”, s'hi ha incorporat frases i reflexions recollides a partir de les entrevistes realitzades a diferents professionals vinculats a l'àmbit educatiu i sanitari, aportant així una mirada propera i contextualitzada sobre aquesta realitat.

Pel que fa a l'apartat “Tipus d'ús de pantalles”, es diferencien els dos principals tipus d'ús: l'ús passiu i l'ús actiu. A més, s'hi ofereixen orientacions i recomanacions dirigides a les famílies per tal d'evitar un ús excessivament passiu i afavorir experiències més participatives i equilibrades.

En relació amb l'apartat “Impacte en el desenvolupament”, la informació s'organitza en tres dimensions principals: desenvolupament cognitiu, desenvolupament motor i, desenvolupament emocional i social. En cadascun d'aquests àmbits s'expliquen possibles efectes associats a l'ús de les pantalles i es proporcionen eines i orientacions per promoure un ús equilibrat que respecti les necessitats evolutives dels infants.

D'altra banda, l'apartat "Recursos" incorpora una infografia adreçada a adults que conviuen amb infants de 3 a 6 anys, així com diferents propostes d'activitats sense pantalles diferenciades segons l'edat dels infants. Aquestes activitats tenen la finalitat de fomentar el joc, la creativitat, el moviment i la interacció social més enllà dels entorns digitals.

La pàgina web també compta amb un apartat de presentació personal, on s'explica qui és l'autora del projecte, la seva formació acadèmica i la motivació personal i educativa que ha impulsat l'elecció d'aquesta temàtica per al Treball Final de Grau. Finalment, s'ha incorporat un apartat de participació que inclou l'enllaç i el codi QR dels qüestionaris dirigits a docents i famílies, facilitant així l'accés directe als instruments de recollida de dades.

En el peu de pàgina de la web es fa constar que els continguts teòrics presents en el recurs es basen en la recerca i la bibliografia recollida en la memòria acadèmica del TFG. A més, també s'hi especifica l'autoria de les imatges creades amb intel·ligència artificial, l'any de creació de la web i l'autoria del recurs digital ([vegeu annex 9](#)).

Una vegada creada i validada la pàgina web, aquesta s'ha presentat en una escola pública del Baix Llobregat, davant de l'equip docent d'educació infantil, amb l'objectiu de donar a conèixer el recurs i promoure la seva utilitat dins l'àmbit educatiu. Posteriorment, s'han dut a terme les participacions mitjançant els qüestionaris dirigits a docents i famílies per tal de recollir dades relacionades amb les seves percepcions sobre l'ús de les pantalles en la primera infància. Pel que fa al qüestionari destinat als docents, les participacions s'han obtingut a partir de l'equip docent del mateix centre educatiu. En relació amb el qüestionari adreçat a les famílies, la participació s'ha gestionat a través de la direcció del centre, que s'ha encarregat de fer arribar la informació i difondre la pàgina web i el qüestionari a totes les famílies d'educació infantil, facilitat així una participació més àmplia i accessible.

6- ANÀLISI

6.1 Instruments d'anàlisi

Tal com s'ha comentat anteriorment en l'apartat de l'enfocament metodològic (4.1), la present investigació s'ha desenvolupat a partir d'una metodologia mixta, combinant tècniques quantitatives i qualitatives amb la finalitat d'obtenir una visió més completa i profunda sobre les percepcions relacionades amb l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys.

D'una banda, la metodologia qualitativa s'ha desenvolupat a través de quatre entrevistes semiestructurades realitzades a diferents perfils vinculats a l'àmbit educatiu, sanitari i familiar: una mestra d'educació infantil, una psicòloga infantil, una infermera i una família amb infants dins de la franja d'edat estudiada. Aquestes entrevistes han permès aprofundir en experiències, percepcions i reflexions relacionades amb la presència de les pantalles en la vida quotidiana dels infants. El guió de preguntes s'ha mantingut estructurat per tal de garantir una certa coherència entre les entrevistes, tot afavorint alhora respostes obertes i contextualitzades.

D'altra banda, la vessant quantitativa s'ha portat a terme mitjançant dos qüestionaris adreçats a famílies i a docents d'educació infantil. Aquests instruments han permès recollir dades objectives sobre hàbits d'ús, percepcions, experiències i opinions vinculades a l'ús de les pantalles durant la primera infància. Els qüestionaris s'han estructurat principalment a través de preguntes tancades amb l'escala de resposta tipus Likert, fet que ha facilitat l'organització i posterior interpretació de les dades obtingudes. Tot i això, també s'han incorporat algunes preguntes obertes amb la finalitat d'oferir espais de resposta més reflexiva i personal.

6.2 Anàlisi de les dades

En aquest punt del treball es desenvolupa la **tercera fase** de la investigació, corresponent a l'anàlisi i interpretació dels resultats obtinguts a través dels diferents instruments utilitzats. Així mateix, es presenten els criteris i procediments seguits per analitzar les dades recollides durant el procés d'investigació.

6.2.1 Entrevistes

Per tal d'obtenir informació qualitativa relacionada amb l'objecte d'estudi, s'han realitzat quatre entrevistes a diferents perfils vinculats a la primera infància i al desenvolupament infantil: una mestra d'educació infantil, una psicòloga infantil, una infermera i una família. Abans de realitzar les entrevistes s'ha fet una carta de sol·licitud signada per la tutora del treball ([vegeu en annex 10](#)). Totes les entrevistes s'han portat a terme de manera virtual, facilitant així la participació de les persones entrevistades i l'organització de les trobades. Les converses han estat enregistrades amb el consentiment previ de les participants amb la finalitat de poder transcriure posteriorment la informació de manera acurada i fidel.

Una vegada realitzades les entrevistes, s'ha dut a terme un procés de transcripció, revisió i organització de la informació recollida. Posteriorment, les dades han estat anonimitzades per tal de garantir la confidencialitat i la protecció de les persones participants. En aquest sentit, les entrevistes s'han identificat mitjançant codis: E1 correspon a una mestra d'educació infantil, E2 a una psicòloga infantil, E3 a una infermera i E4 a una família.

A continuació, les transcripcions s'han organitzat en una plantilla d'anàlisi qualitativa elaborada a partir de les preguntes i categories relacionades amb els objectius del treball. Per facilitar la comparació de les respostes i l'organització inicial de la informació, s'ha comptat amb el suport d'eines d'intel·ligència artificial generativa com a recurs complementari d'assistència i sistematització. Tot i això, la interpretació, revisió i validació final de les dades s'ha realitzat manualment a partir de les transcripcions originals.

L'anàlisi de les entrevistes s'ha estructurat en diferents apartats amb la finalitat d'interpretar de manera ordenada i profunda la informació obtinguda: categories temàtiques, model ecològic, contradiccions i tensions, anàlisi del discurs i propostes educatives. Per estructurar aquest procés d'anàlisi, s'han pres com a referència diverses aportacions vinculades a la investigació qualitativa, entre les quals destaquen Braun i Clarke (2006), Bronfenbrenner (1979), Cohen, Manion i Morrison (2018), Fairclough (1992), Gee (2011), Van Dijk (2003) i Lincoln i Guba (1985). Aquest procediment ha permès identificar coincidències, diferències, significats i possibles orientacions educatives derivades de les aportacions de les persones entrevistades.

1) Anàlisi de l'entrevista per categories temàtiques

A partir de l'anàlisi temàtica de les entrevistes ([vegeu annex 11](#)), es pot observar un ampli consens entre els diferents perfils professionals i familiars respecte als possibles efectes de l'ús excessiu de pantalles en infants de 3 a 6 anys. Les principals preocupacions se centren en les dificultats d'atenció, la baixa tolerància a la frustració, les alteracions en el desenvolupament del llenguatge i la reducció d'espais de joc simbòlic i interacció social.

Els perfils professionals entrevistats coincideixen en la importància del paper mediador de l'adult, tant des de la família com des de l'escola, destacant la necessitat d'acompanyar, supervisar i limitar l'ús de dispositius digitals durant la primera infància. També es posa èmfasi en la qualitat dels continguts i en la necessitat d'oferir alternatives basades en el joc, la comunicació i les experiències manipulatives.

Finalment, les entrevistes mostren que les pantalles s'han convertit en un recurs habitual dins moltes dinàmiques familiars, especialment per facilitar moments de calma o conciliació. Tot i això, els participants remarquen la importància de fomentar un ús conscient, equilibrat i adaptat a les necessitats evolutives dels infants.

2) Anàlisi sobre el model ecològic de Bronfenbrenner

L'anàlisi segons el model ecològic de Bronfenbrenner ([vegeu annex 12](#)) permet observar que l'ús de les pantalles en la primera infància és un fenomen complex influït per múltiples nivells contextuais. En el microsistema, les entrevistes mostren que les experiències quotidianes de l'infant amb les pantalles tenen un impacte directe en aspectes com l'atenció, el llenguatge, la regulació emocional o el joc. La família i l'escola apareixen com els principals espais de relació i aprenentatge.

Pel que fa al mesosistema, destaca la importància de la coordinació entre família i escola, així com el paper dels professionals en l'acompanyament i orientació a les famílies. Les entrevistes evidencien la necessitat de mantenir criteris coherents i una comunicació respectuosa per afavorir hàbits digitals saludables.

Finalment, en el macrosistema, s'identifiquen factors socials i culturals que condicionen aquestes pràctiques, com la normalització de les pantalles, els ritmes de vida actuals, la

conciliació familiar o les recomanacions institucionals sobre salut digital. Això reflecteix que l'ús de pantalles no depèn únicament de decisions individuals, sinó també d'un context social i tecnològic més ampli.

3) Anàlisi de tensions i contradiccions detectades

L'anàlisi de les entrevistes posa de manifest diverses tensions relacionades amb l'ús de les pantalles en la primera infància ([vegeu annex 13](#)). La contradicció més destacada apareix entre les recomanacions professionals —basades en la limitació i supervisió de les pantalles— i les possibilitats reals de moltes famílies, que sovint utilitzen aquests dispositius com un recurs de conciliació, descans o regulació emocional.

També emergeix una tensió entre els ideals pedagògics i la realitat institucional. Tot i que els professionals de l'etapa infantil prioritzen metodologies manipulatives i relacionals, les escoles continuen incorporant recursos digitals que no sempre consideren adequats per aquestes edats.

A més, les entrevistes reflecteixen la dificultat de mantenir límits coherents en un context social altament digitalitzat. Els professionals mostren preocupació pels efectes observats en el llenguatge, l'atenció o la regulació emocional, però al mateix temps intenten evitar discursos culpabilitzadors cap a les famílies, entenent les limitacions i complexitats del context actual.

En conjunt, aquestes tensions evidencien la necessitat de plantejar intervencions educatives realistes, contextualitzades i basades en l'acompanyament, més que en la prohibició o el judici.

4) Anàlisi dels conceptes clau del discurs professional

L'anàlisi del discurs ([vegeu annex 14](#)) mostra que les pantalles són construïdes principalment com un element associat a la immediatesa, la sobreestimulació i la pèrdua d'experiències relacionals i manipulatives pròpies de la infància. Els participants utilitzen un llenguatge que contraposa dues realitats: d'una banda, el món digital, vinculat a estímuls ràpids, passivitat i dependència; de l'altra, una idea d'infància basada en el joc, la conversa, l'experimentació i la presència adulta.

Els discursos professionals comparteixen una mirada preventiva i educativa, centrada en la necessitat d'acompanyament i regulació. Tot i això, també apareix un discurs empàtic cap a les famílies, evitant visions culpabilitzadores i reconeixent les dificultats del context actual. La família entrevistada, en canvi, construeix l'ús de pantalles des d'una perspectiva més quotidiana i funcional, minimitzant-ne l'impacte en el seu cas concret.

En conjunt, les entrevistes reflecteixen valors molt vinculats a la qualitat de les relacions humanes, el temps compartit, el joc i el desenvolupament integral dels infants, alhora que expressen preocupació davant una societat cada vegada més digitalitzada.

5) Anàlisi de propostes educatives i transferibilitat

Les propostes amb més possibilitats de transferibilitat són aquelles relacionades amb l'acompanyament adult, la selecció de continguts adequats i l'orientació a les famílies. Aquestes mesures presenten un alt consens entre els diferents perfils entrevistats i, alhora, resulten relativament aplicables dins del context educatiu i familiar analitzat. ([vegeu annex 15](#))

També destaquen com a especialment viables les accions orientades a potenciar alternatives de joc, experiències manipulatives i espais de relació directa amb els infants, aspectes molt coherents amb els objectius del TFG i amb la proposta educativa de la pàgina web “Créixer entre pantalles”.

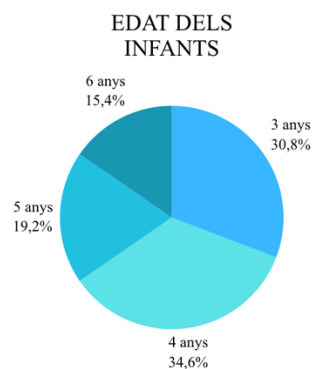
En canvi, altres propostes, com la reducció gairebé total de pantalles o l'aplicació estricta dels límits de temps, tot i tenir suport professional, presenten més dificultats pràctiques a causa dels ritmes de vida actuals, la conciliació familiar i la forta presència social de la tecnologia. Això reforça la idea que les intervencions educatives han de ser realistes, contextualitzades i centrades en l'acompanyament més que en la prohibició absoluta.

6.2.2 Qüestionaris

ANÀLISI DEL QÜESTIONARI DIRIGIT A LES FAMÍLIES

El qüestionari adreçat a les famílies ha permès obtenir informació rellevant sobre els hàbits d'ús de les pantalles en els infants de 3 a 6 anys, així com sobre les percepcions, preocupacions i estratègies educatives presents en l'àmbit familiar. En total, hi han participat 26 famílies que han autoritzat l'ús de les seves dades per a la investigació, mentre que una família no ha donat el consentiment. A més, la majoria dels participants també han acceptat que les dades puguin ser utilitzades en futurs estudis relacionats, fet que mostra una predisposició positiva cap a la recerca educativa i la reflexió sobre aquesta temàtica.

Respecte a l'edat dels infants, en el següent gràfic es pot observar que la mostra presenta una distribució relativament equilibrada dins del segon cicle d'educació infantil, amb una participació lleugerament superior dels infants de quatre anys. Aquesta diversitat d'edats permet obtenir una visió relativament àmplia de les pràctiques digitals presents.

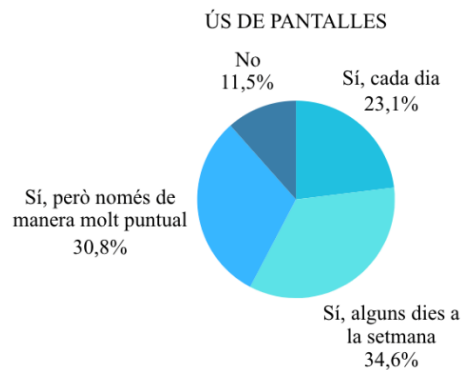


Gràfic 1. Resultat qüestionari famílies pregunta 3

Pel que fa al perfil de la mostra, la major part de les respostes han estat proporcionades per mares (23 participants), mentre que la participació dels pares ha estat considerablement menor (3 participants).

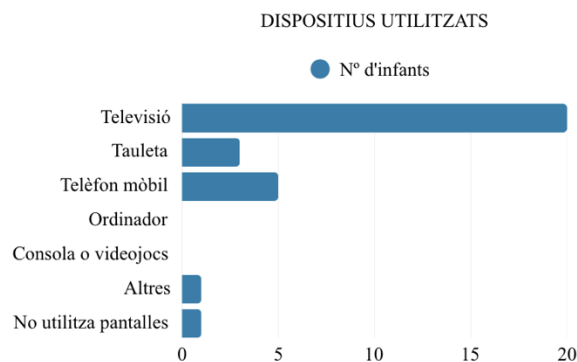
En relació amb l'ús de pantalles, els resultats evidencien que la gran majoria dels infants tenen algun tipus de contacte amb dispositius digitals. Tal com es representa en el gràfic següent, només una petita part de les famílies afirma que els seus fills o filles no utilitzen pantalles, mentre que la resta en fan ús diari, setmanal o puntual. Aquest resultat confirma la presència generalitzada dels dispositius digitals en la vida quotidiana dels infants, fins

i tot en edats molt primerenques. No obstant això, també s’observa una certa consciència familiar respecte a la necessitat de limitar-ne l’ús, ja que moltes famílies indiquen que l’exposició es produeix en moments puntuals.



Gràfic 2. Resultat qüestionari famílies pregunta 5

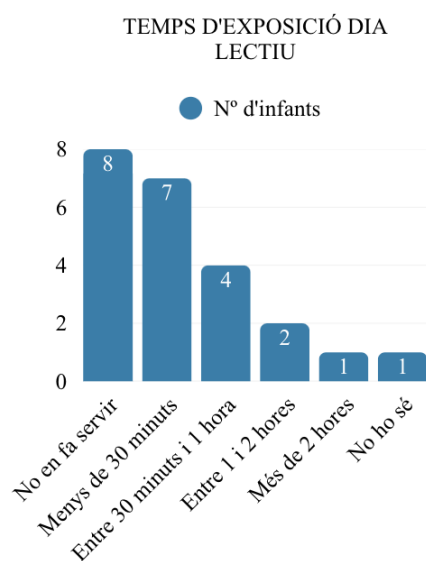
Pel que fa als dispositius utilitzats habitualment, la televisió apareix clarament com el recurs predominant entre les famílies participants, molt per sobre d’altres dispositius com el telèfon mòbil o la tauleta. En canvi, pràcticament no s’observa ús d’ordinadors, consoles o videojocs en aquestes edats. Aquestes dades poden relacionar-se amb el fet que la televisió continua percebent-se com una pantalla més “familiar” o socialitzada dins l’entorn domèstic, mentre que els dispositius més personals encara es troben menys presents en infants de 3 a 6 anys.



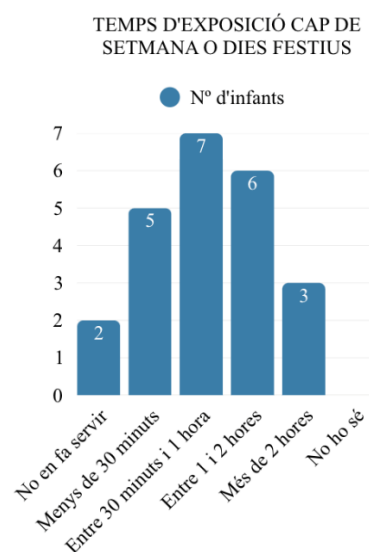
Gràfic 3. Resultat qüestionari famílies pregunta 6

Respecte al temps d’exposició, els resultats apunten diferències significatives entre els dies lectius i els caps de setmana. Durant la setmana, la major part dels infants utilitzen pantalles menys de trenta minuts diaris o directament no en fan ús. En canvi, durant els caps de setmana i dies festius augmenta considerablement el temps d’exposició, especialment en les franges compreses entre trenta minuts i dues hores diàries. Aquest

increment pot interpretar-se com una flexibilització de les rutines familiars durant els dies no lectius, així com una disponibilitat més gran de temps lliure dins l'entorn familiar.

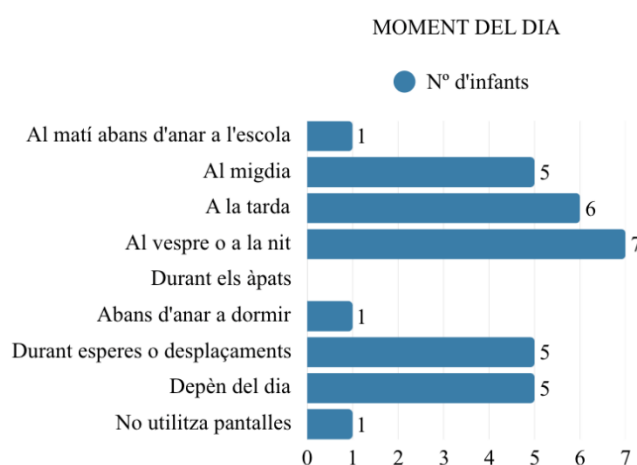


Gràfic 5. Resultat qüestionari famílies pregunta 7



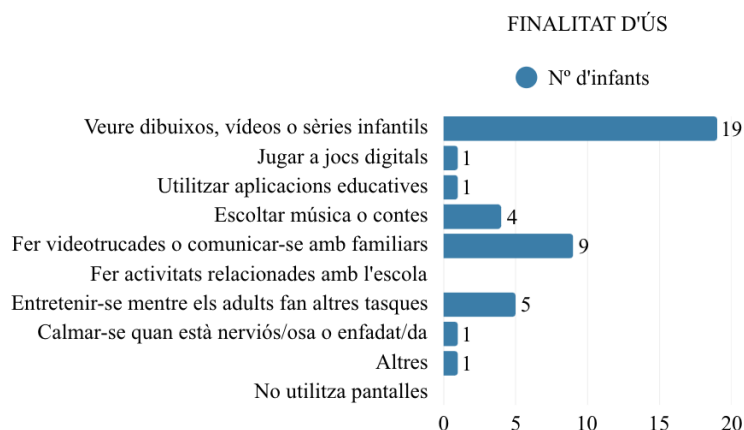
Gràfic 4. Resultat qüestionari famílies pregunta 8

En relació amb el moment del dia en què s'utilitzen les pantalles amb més freqüència, al vespre o a la nit representa la franja més habitual. També destaquen els moments de tarda, les esperes o desplaçaments i situacions que depenen de les circumstàncies del dia. Les dades recollides suggereixen que les pantalles sovint s'incorporen com un recurs de gestió quotidiana dins la dinàmica familiar, especialment en moment de cansament, conciliació o necessitat d'entreteniment.



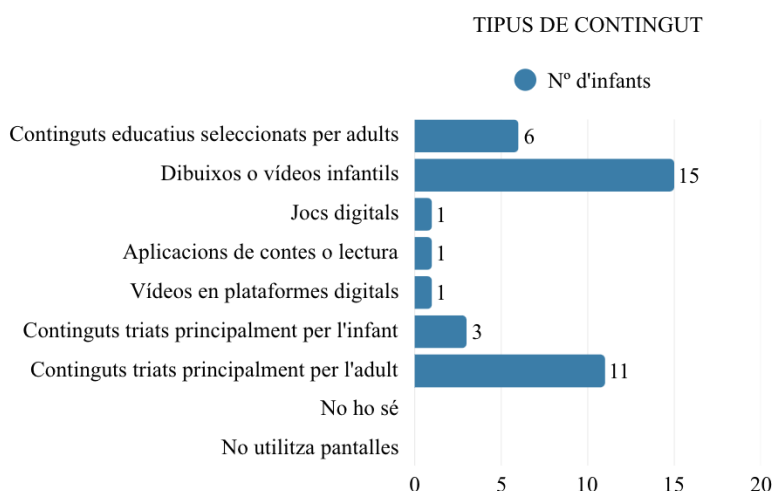
Gràfic 6. Resultat qüestionari famílies pregunta 9

Pel que fa a la finalitat principal de l'ús de pantalles, gairebé la meitat de les famílies indiquen que aquestes s'utilitzen sobretot per veure dibuixos, vídeos o sèries infantils. També destaca l'ús de videotrucades per mantenir el contacte amb familiars, fet que mostra una dimensió comunicativa i afectiva de la tecnologia. En canvi, l'ús amb finalitats educatives o escolars és pràcticament inexistent. Aquest aspecte resulta especialment rellevant, ja que evidencia que, dins l'àmbit familiar, les pantalles continuen associant-se principalment a l'entreteniment i no tant a experiències d'aprenentatge estructurades.



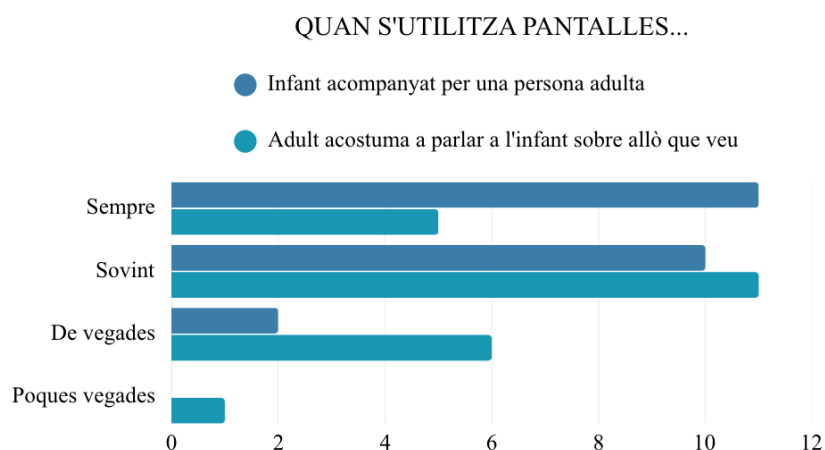
Gràfic 7. Resultat qüestionari famílies pregunta 10

Pel que fa als continguts consumits, predominen clarament els dibuixos i vídeos infantils, juntament amb continguts seleccionats pels adults. Aquest fet indica una certa supervisió familiar sobre allò que els infants visualitzen. Tot i això, també apareixen alguns casos en què els continguts són triats principalment pels mateixos infants, aspecte que pot augmentar el risc d'exposició a materials poc adequats per a la seva edat si no existeix una mediació adulta suficient.



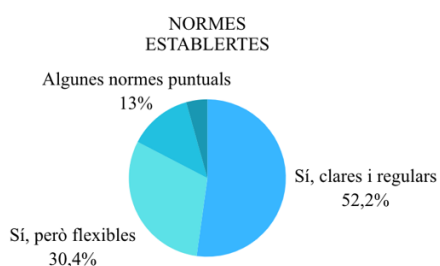
Gràfic 8. Resultat qüestionari famílies pregunta 11

Precisament, un dels aspectes més destacables dels resultats és la importància de l'acompanyament adult durant l'ús de pantalles. La majoria de les famílies afirmen que els infants acostumen a utilitzar-les sempre o sovint en companyia d'una persona adulta. Igualment, moltes famílies expliquen que acostumen a conversar amb l'infant sobre allò que veu o fa a la pantalla. Aquestes dades poden interpretar-se positivament, ja que la mediació adulta és considerada un factor protector que pot afavorir una experiència digital més segura, crítica i adaptada al desenvolupament infantil.

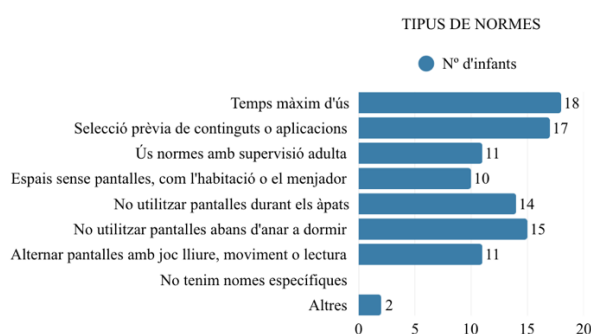


Gràfic 9. Resultat qüestionari famílies pregunta 12 i 13

En relació amb les normes establertes a casa, la majoria de les famílies afirmen disposar de límits clars o relativament definits sobre l'ús de pantalles. En el següent gràfic es pot observar que les normes més freqüents fan referència al temps màxim d'ús, la selecció prèvia dels continguts, la prohibició d'utilitzar pantalles durant els àpats o abans d'anar a dormir i la necessitat de supervisió adulta. Aquestes pràctiques mostren una preocupació evident per promoure un ús més equilibrat i responsable de la tecnologia dins l'entorn familiar.

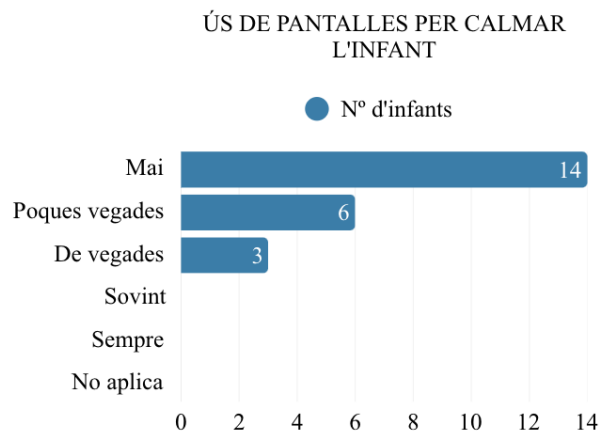


Gràfic 11. Resultat qüestionari famílies pregunta 14



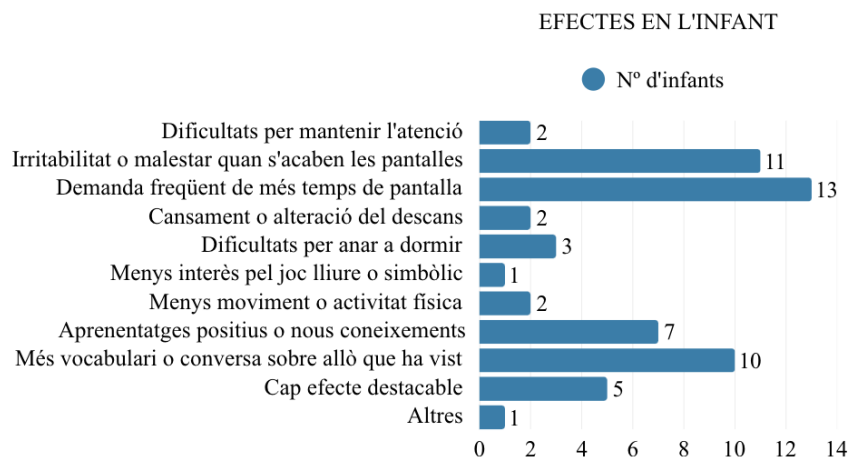
Gràfic 10. Resultat qüestionari famílies pregunta 15

A més, resulta significatiu que la majoria de les famílies indiquin que mai o gairebé mai utilitzen les pantalles per calmar l'infant o evitar una enrabiada. Aquest resultat reflecteix una certa consciència educativa respecte als possibles riscos de fer servir els dispositius digitals com a eina de regulació emocional. Tot i això, algunes famílies reconeixen que ocasionalment sí que recorren a aquest recurs, fet que evidencia les dificultats quotidianes que poden aparèixer en la criança i la conciliació familiar.



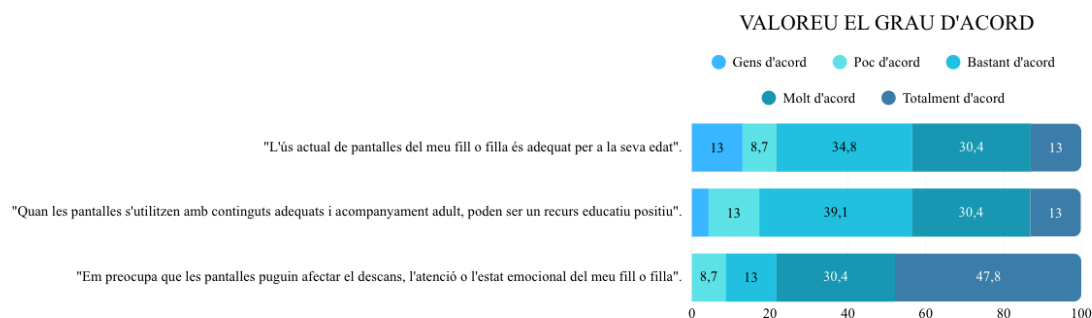
Gràfic 12. Resultat qüestionari famílies pregunta 16

Pel que fa als efectes observats després de l'ús de pantalles, les respostes mostren percepcions diverses. D'una banda, moltes famílies identifiquen comportaments relacionats amb la demanda constant de més temps de pantalla o irritabilitat quan finalitza l'activitat digital. Aquestes conductes poden indicar una elevada estimulació o dificultats en la gestió dels límits. També apareixen, encara que de manera limitada, dificultats relacionades amb el descans, l'atenció o el moviment. D'altra banda, diverses famílies consideren que les pantalles també poden generar aprenentatges positius, nous coneixements o ampliació del vocabulari. Aquesta dualitat evidencia que les percepcions familiars sobre les pantalles no són completament negatives, sinó que depenen en gran part del tipus de contingut, del temps d'exposició i de l'acompanyament adult.



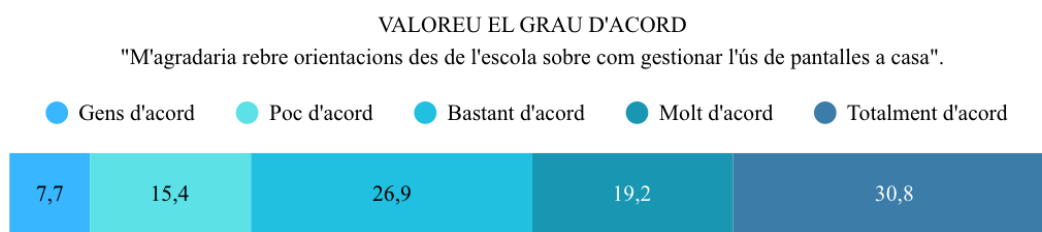
Gràfic 13. Resultat qüestionari famílies pregunta 17

Aquesta idea també es reforça en les afirmacions valoratives del qüestionari. La majoria de les famílies consideren que l'ús actual de pantalles dels seus fills o filles és adequat per a la seva edat i, alhora, valoren positivament el potencial educatiu de les pantalles quan existeixen continguts adequats i mediació adulta. Tanmateix, també és molt elevat el percentatge de famílies que manifesta preocupació pels possibles efectes sobre el descans, l'atenció o l'estat emocional dels infants. Aquesta aparent contradicció reflecteix la complexitat del fenomen: les famílies reconeixen tant les oportunitats com els riscos associats a l'ús de pantalles en la infància.

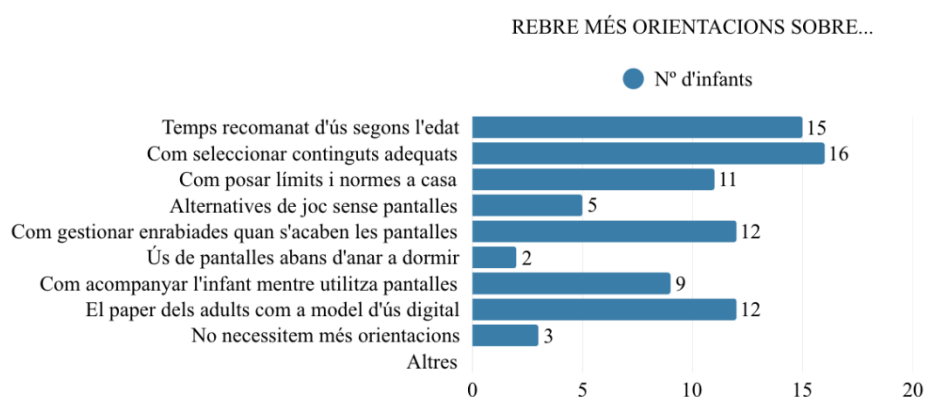


Gràfic 14. Resultat qüestionari famílies pregunta 18

En relació amb el paper de l'escola, una part important de les famílies manifesta interès per rebre orientacions sobre com gestionar l'ús de pantalles a casa. Tal com es mostra en el següent gràfic, els principals aspectes sobre els quals demanen més informació són el temps recomanat segons l'edat, la selecció de continguts adequats, la gestió de límits i enrabiades i el paper dels adults com a model digital. Aquestes dades evidencien que moltes famílies senten la necessitat d'acompanyament educatiu davant una realitat tecnològica que sovint genera dubtes i inseguretats.

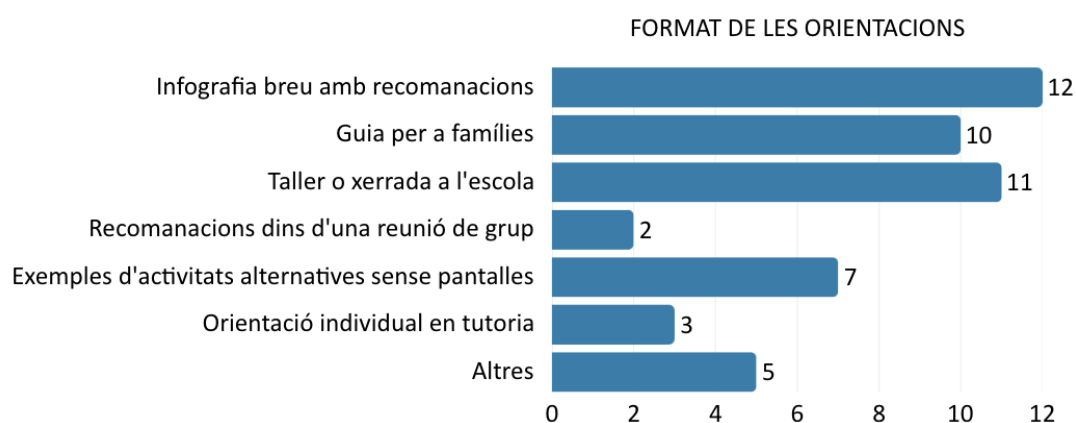


Gràfic 15. Resultat qüestionari famílies pregunta 19



Gràfic 16. Resultat qüestionari famílies pregunta 20

Pel que fa als formats d'orientació preferits, les famílies valoren especialment les infografies breus, les guies pràctiques i les xerrades o tallers a l'escola. Això suggereix que les propostes formatives accessibles, visuals i contextualitzades poden resultar útils per afavorir una major conscienciació i reflexió conjunta entre escola i família.



Gràfic 17. Resultat qüestionari famílies pregunta 21

Finalment, les respostes obertes permeten aprofundir en les inquietuds quotidianes de les famílies. Entre els principals reptes apareixen la dificultat per establir límits de temps, la negociació dels continguts, la por a una futura dependència digital i la preocupació per

l'exposició prematura a dispositius personals o xarxes socials. Igualment, algunes famílies expressen conflictes amb altres membres de l'entorn familiar respecte a les normes d'ús de pantalles, mentre que d'altres es qüestionen fins a quin punt un ús puntual i supervisat pot resultar perjudicial. Aquestes reflexions mostren la necessitat d'abordar l'educació digital des d'una perspectiva compartida, realista i adaptada a les necessitats actuals de les famílies.

PARTICIPANTS	RESPOSTES
Família_1	Cap
Família_2	Evitar pantalles quan els adults fan altres tasques
Família_3	Tipus de dibuixos adequats a la seva edat, lents, sense conflicte... en fem ús en dies puntuals, tardes que plou i no podem sortir, si el germà petit dorm migdiada i ella ja s'ha cansat de pintar... però no en fem ús setmanal de TV. El telèfon per fer videotrucada amb família que viu a altres països, en fem una a la setmana
Família_4	Limitas las pantallas entre 30 y 60min durante el fin de semana
Família_5	Negociar el tiempo de visualización y negociar el contenido que aveces pone apto para cierta edad pero no lo es.
Família_6	El reto es que no se vea TV entre semana, mantener el tiempo establecido de pantallas. La duda le estará haciendo mal a mis hijas por ver una película infantil cada semana o ver un par de series o documentales infantiles? Deberíamos ser más radicales y no dejarles ver nada?
Família_7	Negociar el temps. Però el contingut es el adequat Per la seva edat
Família_8	Ara son molt petits, però de més gran no vull que tinguin dependència de pantalles ni afectació de cap tipus per xarxes.
Família_9	Establir un temps d'ús raonable
Família_10	Que la germana petita vegi massa televisió per la germana gran
Família_11	La família és el problema.. quan no ens queda més remei que deixar a la nena li posen pantalles sense supervisió, ni control de temps, ni acompanyament. Tenim moltes bronques perquè

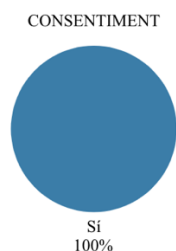
	no entenen perquè no son adequades... Nosaltres mail els hi posem i no sabem com fer perquè la família ho entengui i ho respecti.
Família_12	Ara mateix està controlat perquè només hi ha pantalles acompanyades caps de setmana i amb continguts específics, però ens fa por de cara a l'adolescència quan la majoria dels infants comencin a tenir dispositius propis. Com gestionar aquesta llibertat?

Taula 5. Resultat qüestionari famílies pregunta 22

ANÀLISI DEL QÜESTIONARI ADREÇAT ALS DOCENTS D'EDUCACIÓ INFANTIL

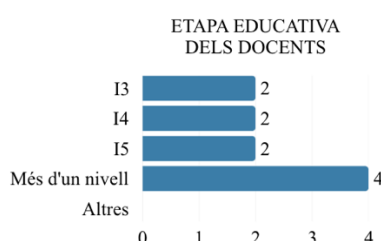
El qüestionari s'ha adreçat a docents vinculats al segon cicle d'educació infantil amb la finalitat de conèixer les seves percepcions sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys. A través d'aquest instrument, s'ha volgut recollir informació sobre els usos habituals de les pantalles, els possibles efectes observats en el desenvolupament infantil, l'ús educatiu dins l'aula i les orientacions que el professorat considera necessàries per promoure un ús responsable tant en l'àmbit escolar com familiar.

En primer lloc, cal destacar que totes les persones participants han donat el seu consentiment per a l'ús de les dades en el marc del Treball de Fi de Grau. Tal com es pot observar en el següent gràfic, el 100% de les respostes han estat afirmatives, fet que garanteix que la mostra analitzada parteix d'una participació voluntària i informada. Pel que fa a l'ús posterior de les dades en altres estudis relacionats, la majoria dels docents també s'hi ha mostrat favorable, amb 9 respostes afirmatives i només 1 negativa. Aquest resultat indica una predisposició general positiva envers la recerca educativa i la possibilitat que les dades puguin contribuir a futures investigacions sobre la temàtica.

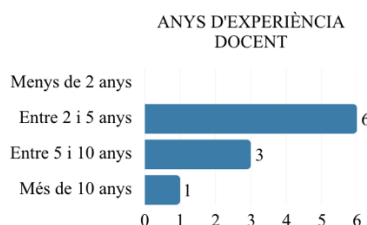


Gràfic 18. Resultat qüestionari docent pregunta 1

Pel que fa al perfil de les persones participants, el qüestionari ha recollit respostes de docents vinculats al segon cicle d'educació infantil. Tal com mostra el gràfic següent, hi ha una representació equilibrada dels nivells d'I3, I4 i I5, amb dues persones en cada nivell, mentre que quatre docents treballen en més d'un nivell. Aquesta distribució resulta rellevant, ja que permet obtenir una mirada més àmplia sobre l'etapa de 3 a 6 anys i no només sobre un curs concret. A més, la majoria dels participants tenen entre 2 i 5 anys d'experiència docent, seguides de docents amb entre 5 i 10 anys d'experiència. Això permet interpretar les dades des d'una perspectiva professional recent, però alhora basada en l'observació directa de la realitat educativa actual.



Gràfic 19. Resultat qüestionari docent pregunta 3



Gràfic 20. Resultat qüestionari docent pregunta 4

En relació amb el tipus de centre, totes les persones participants treballen en un centre públic. Aquest fet s'ha de tenir en compte a l'hora d'interpretar els resultats, ja que les percepcions recollides s'emmarquen en una realitat educativa concreta. Pel que fa a la funció professional principal, predominen les tutores d'educació infantil, tot i que també hi ha mestres de suport o reforç i especialistes. Aquesta diversitat de funcions aporta valor a l'anàlisi, perquè permet recollir percepcions de professionals que intervenen amb els infants des de rols diferents dins del centre.

Un dels primers aspectes significatius és la percepció unànime sobre l'augment de l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. Tal com es recull en el gràfic corresponent, les 10

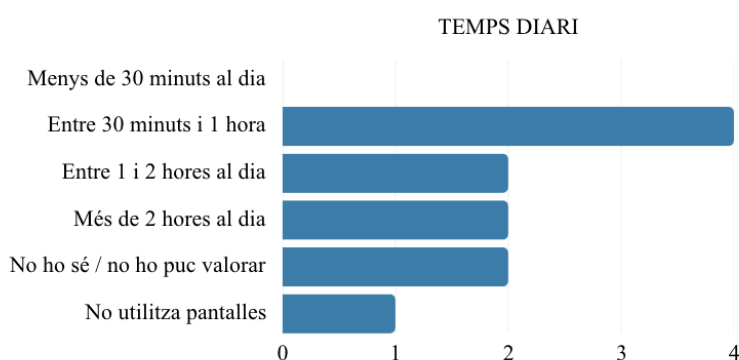
persones participants consideren que aquest ús ha augmentat molt en els darrers anys. Aquesta dada és especialment rellevant perquè confirma que, des de la mirada docent, les pantalles formen part cada vegada més de la quotidianitat dels infants. Per tant, no es tracta d'un fenomen puntual, sinó d'una realitat present que l'escola percep i que necessita ser abordada des d'una perspectiva educativa i preventiva.

ÚS DE PANTALLES
Ha augmentat en
els últims anys?



Gràfic 21. Resultat qüestionari docent pregunta 7

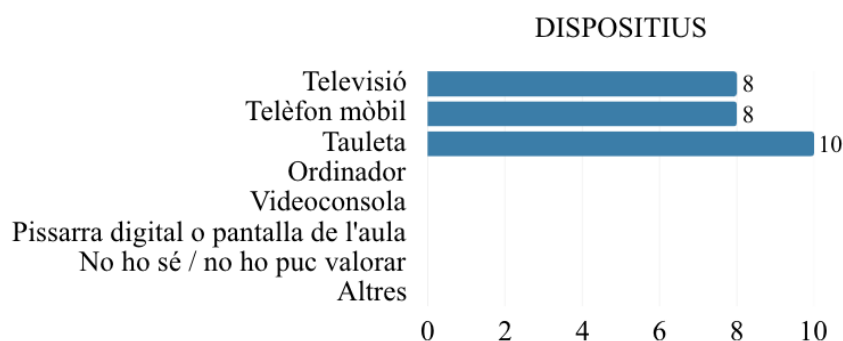
Pel que fa al temps d'ús fora de l'escola, els resultats apunten a una percepció diversa. Una part dels docents considera que els infants utilitzen pantalles entre 30 minuts i 1 hora al dia, però també hi ha respostes que apunten a un ús d'entre 1 i 2 hores o fins i tot superior a 2 hores. Aquesta varietat pot indicar que l'ús de pantalles depèn molt dels hàbits familiars, del context de cada infant i del grau d'acompanyament adult. També és destacable que cap docent hagi marcat l'opció de menys de 30 minuts al dia, fet que reforça la idea que l'exposició a les pantalles és percebuda com una pràctica força habitual en aquesta franja d'edat.



Gràfic 22. Resultat qüestionari docent pregunta 8

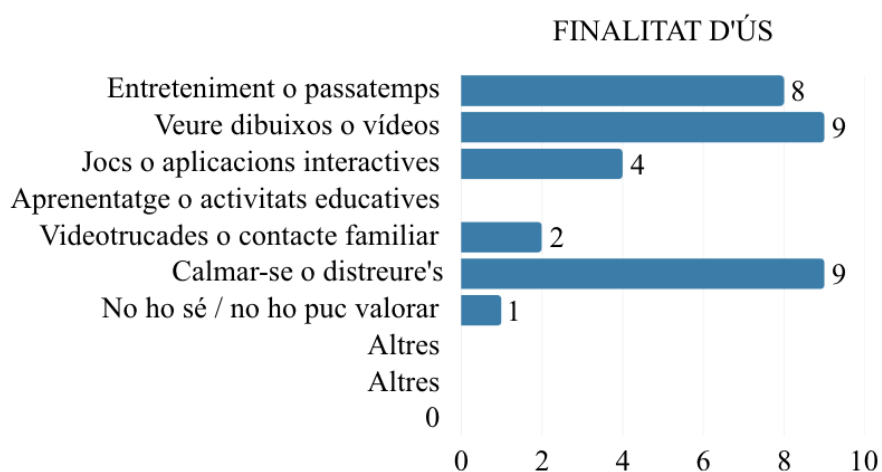
Quant als dispositius més utilitzats, el següent gràfic mostra que la tauleta és el dispositiu més assenyalat, seguida de la televisió i el telèfon mòbil. Aquesta dada permet observar que els infants no només accedeixen a pantalles de consum passiu, com la televisió, sinó

també a dispositius tàctils i personals que afavoreixen una interacció més directa i immediata. Aquest aspecte és important, ja que la tauleta i el mòbil poden facilitar un ús més individualitzat i menys compartit, especialment si no hi ha una supervisió adulta propera.



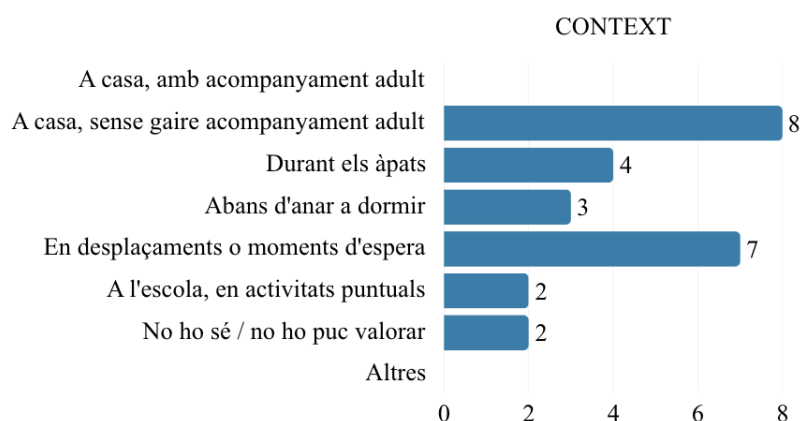
Gràfic 23. Resultat qüestionari docent pregunta 9

En relació amb les finalitats d'ús, les percepcions de les persones participants indiquen que les pantalles s'utilitzen principalment per veure dibuixos, vídeos o plataformes infantils, com a entreteniment o passatemps, i també per calmar o distreure els infants en moments d'espera, àpats o desplaçaments. En canvi, cap docent ha assenyalat l'aprenentatge o les activitats educatives com una finalitat habitual fora de l'escola. Aquesta dada és especialment significativa, perquè mostra una possible distància entre el potencial educatiu de les pantalles i l'ús real que se'n fa en el context familiar. Així, les pantalles semblen aparèixer més com un recurs de gestió del temps, de distracció o de regulació conductual que no pas com una eina d'aprenentatge intencionada.



Gràfic 24. Resultat qüestionari docent pregunta 10

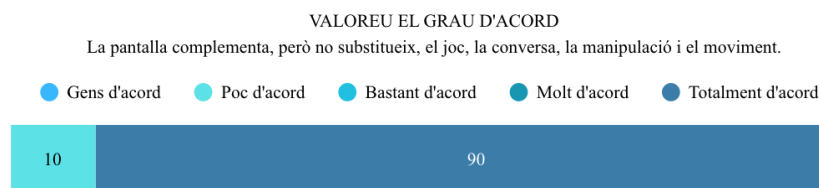
Aquesta idea es reforça amb les dades sobre els contextos d'ús. Tal com es pot observar en el següent gràfic, la majoria dels docents considera que els infants utilitzen pantalles a casa sense gaire acompanyament adult, en desplaçaments o moments d'espera, durant els àpats i abans d'anar a dormir. És especialment rellevant que cap docent hagi indicat l'opció "a casa, amb acompanyament adult". Aquest resultat posa de manifest una preocupació important: l'ús de pantalles en la primera infància sovint es produeix en moments quotidians en què podria substituir espais de conversa, joc, vincle o descans.



Gràfic 25. Resultat qüestionari docent pregunta 11

Pel que fa a l'ús de pantalles a l'aula, la majoria dels docents manifesta que les utilitza només en situacions concretes. Aquest resultat indica una actitud prudent i selectiva per part del professorat. Les pantalles no apareixen com un recurs central en la pràctica educativa, sinó com una eina puntual que pot complementar determinades activitats. Les finalitats més habituals són el suport visual a una explicació, els contes digitals, les cançons o vídeos breus i la documentació d'experiències d'aula. Això mostra que, en el context escolar, l'ús de pantalles tendeix a estar més vinculat a una intencionalitat pedagògica que no pas a l'entreteniment.

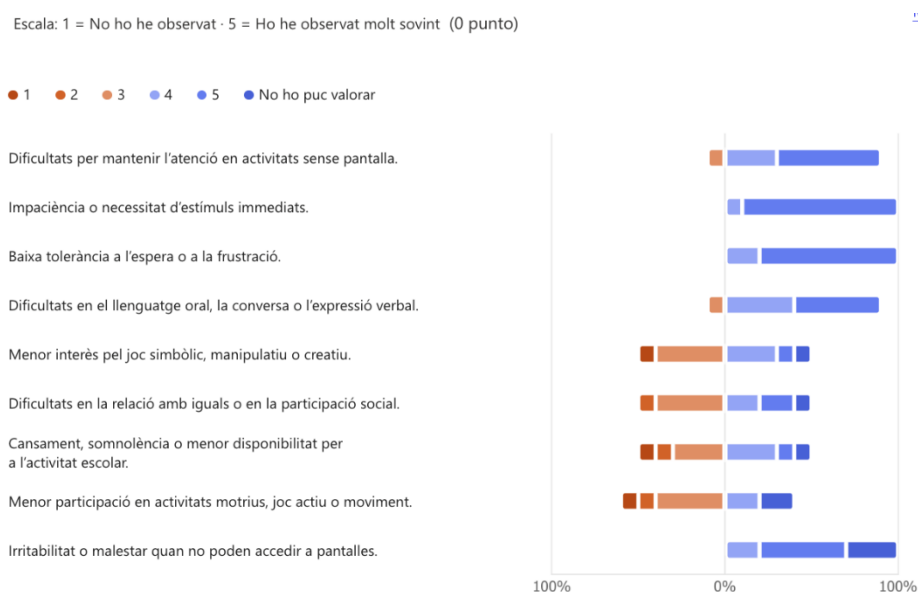
Aquesta mirada queda reforçada en les respostes sobre els criteris d'ús a l'aula. La gran part de docents afirma que, quan utilitza pantalles, aquestes tenen un objectiu pedagògic clar, el temps d'ús és breu i delimitat, l'activitat està guiada per l'adult i els continguts són adequats a l'edat. També destaca especialment que el 90% està totalment d'acord que la pantalla complementa, però no substitueix, el joc, la conversa, la manipulació i el moviment. Aquesta dada és molt rellevant des d'una perspectiva educativa, ja que mostra que el professorat entén les pantalles com un recurs secundari i no com un substitut de les experiències essencials en educació infantil.



Gràfic 26. Resultat qüestionari docent pregunta 14

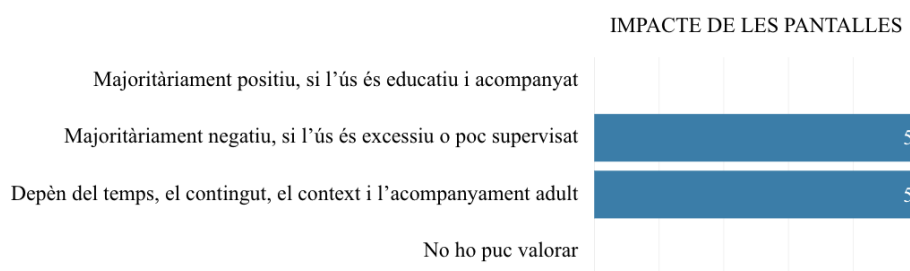
En relació amb els possibles efectes percebuts en infants amb un ús freqüent de pantalles, les respostes són especialment significatives. Els aspectes més observats són la impaciència o necessitat d'estímul immediats, la baixa tolerància a l'espera o a la frustració i les dificultats per mantenir l'atenció en activitats sense pantalla. Aquestes dades apunten a una preocupació compartida pel professorat sobre la relació entre l'ús freqüent de pantalles i alguns processos bàsics del desenvolupament infantil, com l'autoregulació, l'atenció sostinguda i la capacitat d'esperar.

També s'observen dificultats vinculades al llenguatge oral, la conversa i l'expressió verbal, així com un menor interès pel joc simbòlic, manipulatiu o creatiu. Aquest resultat és important perquè connecta directament amb les necessitats pròpies de l'etapa d'educació infantil, en què el desenvolupament del llenguatge, el joc lliure, la interacció amb iguals i el moviment són elements fonamentals. Tot i que no es pot establir una relació causal només a partir d'aquest qüestionari, les percepcions docents indiquen que un ús freqüent o poc regulat de pantalles pot estar associat a dificultats observables en el dia a dia escolar.



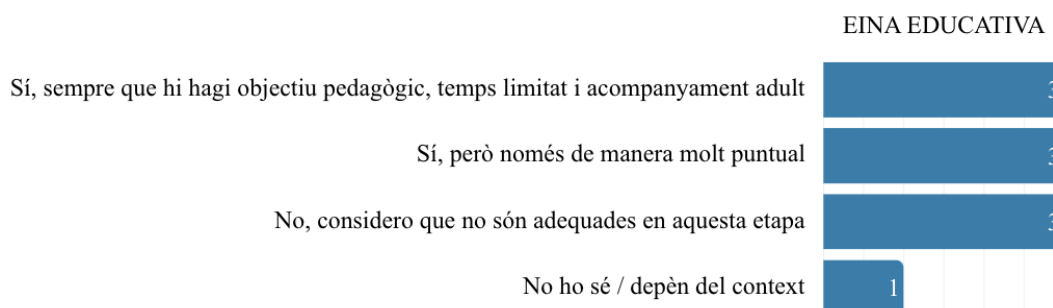
Gràfic 27. Resultat qüestionari docent pregunta 15

Pel que fa a la valoració general de l'impacte de les pantalles en el desenvolupament infantil, les dades recollides es divideixen entre dues posicions: la meitat considera que l'impacte és majoritàriament negatiu quan l'ús és excessiu o poc supervisat, mentre que l'altra meitat afirma que depèn del temps, el contingut, el context i l'acompanyament adult. Aquesta divisió és interessant perquè mostra que el professorat no rebutja necessàriament les pantalles en si mateixes, sinó que posa el focus en les condicions d'ús. Per tant, la preocupació principal no és només la presència de pantalles, sinó com, quan, perquè i amb qui s'utilitzen.



Gràfic 28. Resultat qüestionari docent pregunta 16

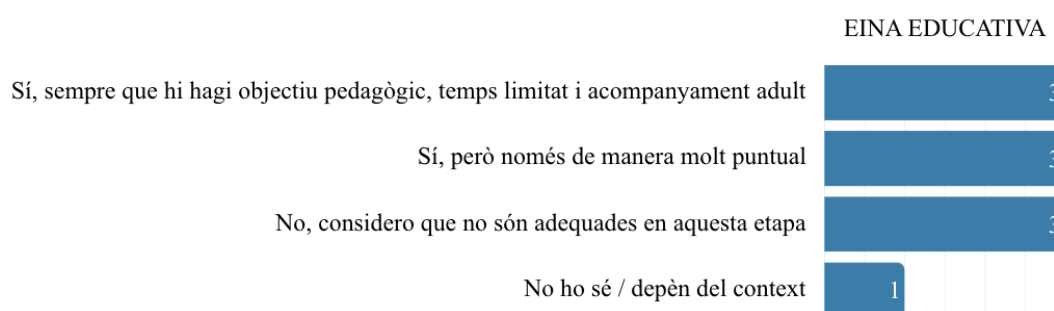
Aquesta mateixa tensió apareix en la pregunta sobre si les pantalles poden ser una eina educativa adequada en el segon cicle d'educació infantil. Les respostes són diverses: algunes docents les consideren adequades si hi ha objectiu pedagògic, temps limitat i acompanyament adult; altres només les accepten de manera molt puntual; i una part considera que no són adequades en aquesta etapa. Aquesta diversitat reflecteix un debat educatiu actual i mostra que no hi ha una posició única entre els professionals. Tot i això, la majoria de les respostes coincideixen a remarcar la necessitat de criteris clars, límits i intencionalitat educativa.



Gràfic 29. Resultat qüestionari docent pregunta 17

Les orientacions proposades en el qüestionari reben un grau d'acord molt elevat. El 100% de les docents està totalment d'acord que en aquesta etapa cal prioritzar el joc lliure, el moviment, la conversa i la interacció cara a cara. També hi ha un acord total en la importància de seleccionar continguts adequats i en el paper clau de l'acompanyament adult. Aquestes dades reforcen la idea que, per al professorat, l'ús responsable de les pantalles ha d'anar sempre lligat a la presència activa de l'adult i a la preservació d'experiències no digitals essencials per al desenvolupament infantil.

Pel que fa a les orientacions més necessàries per a les famílies, destaquen especialment evitar pantalles en moments concrets, com els àpats, el dormitori i abans de dormir; establir límits de temps d'ús; oferir alternatives no digitals; i seleccionar continguts adequats i de qualitat. Aquestes respostes mostren que les docents no només identifiquen la necessitat de reduir el temps d'exposició, sinó també de repensar els moments i les funcions que ocupen les pantalles dins la vida familiar. En aquest sentit, les alternatives basades en el joc, els contes, el moviment i la conversa apareixen com una resposta educativa necessària.



Gràfic 30. Resultat qüestionari docent pregunta 20

En relació amb les propostes que podria impulsar l'escola, totes les persones participants assenyalen les xerrades o tallers amb famílies com una acció prioritària. També es valoren les infografies, les guies breus, el treball en reunions de família i la difusió de recursos amb alternatives de joc sense pantalla. Aquest resultat posa de manifest que l'escola és percebuda com un espai clau d'acompanyament i orientació, no només per als infants, sinó també per a les famílies. Per tant, una de les aportacions del treball pot ser precisament la necessitat de generar materials clars, accessibles i pràctics que ajudin les famílies a prendre decisions més conscients.

Finalment, les respostes obertes aporten una mirada més qualitativa i complementen les dades quantitatives. Els principals reptes identificats pel professorat giren al voltant de la reducció del temps d'ús, la presa de consciència sobre les conseqüències en el desenvolupament, la dificultat de gestionar la frustració quan no hi ha pantalles i el paper dels adults com a models. Algunes respostes també assenyalen que el repte no és només la quantitat d'hores, sinó el fet que les pantalles poden substituir experiències essencials com escoltar un conte, jugar simbòlicament, esperar el torn o interactuar amb altres infants.

Participants	Respostes
Docent_1	El ritme frenetic de la societat, els adults també estem molt empanallats, això dificulta que puguem predicar amb l'exemple
Docent_2	Reduir el consum de pantalles
Docent_3	Entendre que l'eina digital té com a conseqüència dificultats en el desenvolupament socioafectiu, psicomotor i emocional en l'etapa més important de la persona.
Docent_4	El principal repte actual probablement no és només “quantes hores” passen davant d’una pantalla, sinó com les pantalles estan substituint experiències essencials per al desenvolupament infantil entre els 3 i els 6 anys. Un altre gran repte és que moltes aplicacions i vídeos estan dissenyats per captar l’atenció molt ràpidament (canvis constants d’imatge, estímuls intensos, recompenses immediates). Això pot fer que després activitats més lentes però necessàries —escoltar un conte, esperar torn, jugar sense estímuls continus— resultin més difícils.
Docent_5	Desenvolupament de l’atenció Els continguts digitals solen ser molt ràpids i estimulants. Això pot dificultar que els infants tolerin activitats més lentes o que requereixen

	concentració sostinguda, com escoltar un conte, dibuixar o jugar simbòlicament.
Docent_6	Ser conscients de les conseqüències que poden tenir
Docent_7	L'excès d'ús de pantalles. Fer més cas als infants que a les pantalles
Docent_8	Treballar la frustració dels infants quan no tenen una pantalla
Docent_9	El temps que passen amb les pantalles

Taula 6. Resultat qüestionari docent pregunta 21

Les orientacions proposades per les docents per a una guia de famílies reforcen aquesta mateixa línia. Es planteja la necessitat d'establir horaris i límits, supervisar els continguts, acompanyar l'infant durant l'ús, evitar que navegui sol per internet i oferir alternatives manipulatives, lúdiques i relacionals. També apareix amb força la importància de jugar amb els infants i afavorir el vincle amb les persones adultes de referència. Així, les aportacions del professorat permeten concloure que una guia per a famílies hauria de tenir un enfocament pràctic, preventiu i educatiu, centrada no només a limitar pantalles, sinó també en promoure experiències saludables i significatives per al desenvolupament integral dels infants.

Participants	Respostes
Docent_1	Jugar amb els infants i els seus beneficis
Docent_2	Marcar un horari per poder Fer ús de pantalles (amb supervisió i acompanyament).
Docent_3	Oferir propostes manipulatives, jocs que promoguin el desenvolupament integral de l'infant afavorint el vincle amb els seus refents.
Docent_4	No deixeu mai un infant sol davant d'una pantalla amb accés a internet. Els continguts audiovisuals que consumeixen han de ser escollits, supervisats i compartits amb una persona adulta amb criteri per triar. Una pantalla connectada a internet és una porta oberta al món, i un infant encara no té la maduresa ni les eines necessàries per

	comprendre tot allò que pot trobar-hi. Igual que no deixaríem un infant caminar sol pel carrer, tampoc hauríem de deixar-lo navegar sense guia per l'espai digital. L'acompanyament adult ajuda a protegir, donar context, resoldre dubtes i convertir l'ús de les pantalles en una experiència més segura, educativa i saludable.
Docent_5	Una orientació útil és establir moments sense pantalles, com durant els àpats o abans de dormir. Això afavoreix la comunicació, el joc i uns hàbits més saludables.
Docent_6	Faria una explicació sobre l'ús adequat de pantalles digital adaptat aquestes edats (opinions o articles professionals) i les seves conseqüències en els infants en cas d'ús excessiu.
Docent_7	L'acompanyament de l'adult
Docent_8	Apliacions interactives
Docent_9	Que sigui amb l'acompanyament d'un adult i els continguts siguin adequats a l'edat

***Taula 7.** Resultat qüestionari docent pregunta 22*

En conjunt, l'anàlisi del qüestionari docent mostra una percepció clara: les pantalles formen part de la realitat quotidiana dels infants de 3 a 6 anys, però el seu ús genera preocupació quan és freqüent, poc supervisat o substitueix activitats pròpies de l'etapa. Les docents valoren que les pantalles poden tenir un ús educatiu puntual, sempre que hi hagi una finalitat pedagògica, un temps limitat i acompanyament adult. Tanmateix, insisteixen en la necessitat de prioritzar el joc, el moviment, la conversa, la manipulació i la interacció cara a cara. Aquestes dades es relacionen directament amb els objectius del treball, ja que permeten identificar usos habituals, possibles efectes percebuts i orientacions concretes per promoure un ús més responsable de les pantalles en la primera infància.

7- CONCLUSIONS

Després d'haver realitzat la presentació de la pàgina web “Créixer entre pantalles” i d'haver analitzat les dades obtingudes a través de les entrevistes i els qüestionaris, es pot concloure que l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys és una realitat plenament integrada en la vida quotidiana actual. Tant les famílies com els professionals participants coincideixen a afirmar que les tecnologies formen part de l'entorn habitual dels infants i que, per tant, no es tracta d'eliminar-ne l'ús, sinó de reflexionar sobre com, quan i amb quina finalitat s'utilitzen.

En relació amb l'objectiu general, els resultats permeten afirmar que les percepcions de famílies i professionals coincideixen en la necessitat d'un ús responsable, supervisat i contextualitzat de les pantalles. Aquesta idea ha estat present al llarg de tota la investigació i ha permès donar resposta a l'objectiu principal del treball, centrat a analitzar les percepcions sobre l'ús de les pantalles, identificar-ne els usos habituals, els possibles efectes percebuts i proposar orientacions educatives que afavoreixin un ús responsable tant en l'àmbit familiar com escolar.

Pel que fa al primer objectiu específic, orientat a descriure els usos habituals de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, els resultats mostren que els infants tenen contacte freqüent amb diferents dispositius digitals, especialment amb la televisió, les tauletes i els telèfons mòbils. L'ús principal acostuma a estar relacionat amb l'entreteniment, com veure dibuixos animats, vídeos o continguts audiovisuals adaptats a la seva edat. A més, s'ha observat que les pantalles sovint apareixen en moments quotidians de la dinàmica familiar, com durant els àpats, els trajectes o estones en què les famílies necessiten conciliar altres responsabilitats. Aquest aspecte permet entendre que l'ús de pantalles no depèn únicament de decisions educatives, sinó també de factors socials, laborals i familiars que condicionen la realitat de moltes llars.

En relació amb el segon objectiu específic, destinat a identificar els possibles efectes percebuts de l'ús de les pantalles durant aquesta etapa educativa, les dades obtingudes han evidenciat una preocupació compartida pels possibles efectes d'un ús excessiu o inadequat de les pantalles durant la primera infància. Tant les professionals entrevistades com els docents participants en el qüestionari han destacat possibles dificultats

relacionades amb la capacitat d'atenció, la necessitat d'estímuls immediats, la tolerància a la frustració, la regulació emocional i les habilitats comunicatives i socials. Igualment, diverses famílies han manifestat preocupacions vinculades a la irritabilitat, als conflictes quan es limita el temps d'ús o a possibles afectacions en el descans dels infants.

Tot i això, també és important destacar que els resultats no presenten una visió alarmista ni totalment negativa de les tecnologies. La majoria dels participants reconeixen que les pantalles poden tenir beneficis educatius si es fan servir de manera adequada, amb continguts seleccionats segons l'edat, temps limitats i, sobretot, amb acompanyament adult.

Precisament, una de les conclusions més rellevants del treball és la importància de la mediació adulta. Les dades recollides remarquen que el paper de les famílies i dels professionals és fonamental per ajudar els infants a desenvolupar una relació saludable amb les tecnologies. No és només el temps d'exposició allò que condiciona els efectes de les pantalles, sinó també la qualitat dels continguts, el context d'ús i el grau d'acompanyament que ofereixen els adults. En aquest sentit, la investigació posa de manifest la necessitat de generar espais de diàleg i coordinació entre escola i família, amb l'objectiu d'establir criteris compartits i oferir orientacions educatives coherents.

Respecte al tercer objectiu específic, orientat a dissenyar propostes educatives i orientacions per promoure un ús responsable de les pantalles, la creació de la pàgina web "Créixer entre pantalles" ha representat una proposta educativa orientada a donar resposta a algunes de les necessitats detectades durant la investigació. Aquest recurs digital ha permès recopilar informació, recomanacions, recursos i orientacions pràctiques sobre l'ús responsable de les pantalles en la primera infància, amb la voluntat d'oferir un espai accessible tant per a famílies com per a professionals de l'educació infantil.

A més, la presentació de la pàgina web en el centre educatiu ha afavorit la reflexió conjunta sobre aquesta temàtica i ha contribuït a donar visibilitat a la importància de l'educació digital des de les primeres edats. Considero que aquest aspecte ha estat especialment enriquidor, ja que el treball no s'ha limitat únicament a una recerca teòrica, sinó que també ha tingut una aplicació pràctica, transferible i vinculada directament a les necessitats detectades durant el procés d'investigació.

Entre els punts forts del treball, destaca l'ús d'una metodologia mixta, que ha permès combinar dades quantitatives i qualitatives per obtenir una visió més global i completa de la realitat estudiada. Les entrevistes han facilitat aprofundir en experiències, percepcions i reflexions més personals, mentre que els qüestionaris han permès recollir informació de manera més àmplia i identificar tendències comunes entre els participants. També considero un aspecte positiu la participació de diferents perfils —famílies, docents i professionals de l'àmbit sanitari i psicològic—, ja que això ha enriquit considerablement l'anàlisi i ha aportat perspectives diverses sobre una mateixa realitat.

Tanmateix, durant el desenvolupament del treball també han aparegut algunes **dificultats i limitacions**. Una de les més importants ha estat la gestió del temps i la coordinació amb els diferents participants. Organitzar les entrevistes, trobar dates disponibles per presentar la pàgina web al centre i coordinar la participació dels professionals ha requerit molta planificació i flexibilitat. A més, el temps disponible per analitzar totes les dades recollides ha estat limitat, fet que ha condicionat la possibilitat d'aprofundir encara més en determinats aspectes o ampliar la mostra de participants. Per aquest motiu, considero que futures investigacions podrien enriquir-se amb una participació més extensa, incloent-hi altres contextos educatius o socials, així com amb un seguiment més prolongat en el temps.

Finalment, de cara a **futures projeccions**, considero interessant continuar desenvolupant i donant visibilitat a la pàgina web “Créixer entre pantalles” a través de xerrades, espais formatius o activitats dirigides tant a famílies com a professionals de l'educació infantil. La gran presència de les tecnologies en la vida quotidiana fa necessari continuar generant espais de reflexió i orientació sobre aquesta temàtica, especialment durant la primera infància, etapa clau en el desenvolupament dels infants.

En definitiva, aquest treball posa de manifest que l'educació digital en la primera infància no ha de basar-se en la prohibició, sinó en l'acompanyament, la reflexió i la corresponsabilitat entre família i escola. Aquest treball m'ha permès aprofundir en una realitat educativa molt present avui dia i comprendre la importància de promoure un ús conscient, equilibrat i acompanyat de les pantalles, prioritzant sempre les necessitats evolutives, emocionals i socials dels infants.

8- BIBLIOGRAFIA

- AIJU. (2023). Un estudio de AIJU destaca la evolución de la infancia en España hacia un estilo de vida marcado por el sedentarismo, la falta de juego y el consumo excesivo de pantallas - AIJU. AIJU. <https://www.aiju.es/2023/12/01/un-estudio-de-aiju-destaca-la-evolucion-de-la-infancia-en-espana-hacia-un-estilo-de-vida-marcado-por-el-sedentarismo-la-falta-de-juego-y-el-consumo-excesivo-de-pantallas/>
- Alonso-Sainz, E. (2022). Las TIC en la etapa de educación infantil: una mirada crítica de su uso y reflexiones para las buenas prácticas como alternativa educativa. Vivat Academia. Revista de Comunicación, 241–263. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8307787.pdf>
- American Academy of Pediatrics. (2026). How to make a family media plan. HealthyChildren.org. <https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/How-to-Make-a-Family-Media-Use-Plan.aspx>
- Asociación Española de Pediatría. (2024). La AEP actualiza sus recomendaciones sobre el uso de pantallas en la infancia y adolescencia. Aeped.es. <https://www.aeped.es/actualidad/aep-actualiza-sus-recomendaciones-sobre-uso-pantallas-en-infancia-y-adolescencia>
- Baquerizo, J., Mayorga, K. A., & Reyes, N. S. (2024). Pantallas y adquisición del lenguaje: ¿Cuánto tiempo es demasiado? REINCISOL Revista de Investigación Científica y Social, 3(6), 6796–6820. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V3\(6\)6796-6820](https://doi.org/10.59282/reincisol.V3(6)6796-6820)
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Harvard University Press.

- Cánovas, G., García de Pablo, A., Oliaga, A., & Aboy, I. (2014). Menores de edad y conectividad móvil en España: tablets y smartphones.
http://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=4138
- Casablanco, S., Pose, M., & Raynaudo, G. (2021). Evidencias acerca del uso, comprensión y aprendizaje con tecnología digital en la primera infancia. *Infancia y Pantallas. Evidencias Actuales y Métodos de Análisis*, 19–27.
<https://doi.org/10.36006/16283>
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8th ed.). Routledge.
- Council on Communications and Media. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya. (2023). Decret 21/2023, de 7 de febrer, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació infantil.
<https://portaldogc.gencat.cat/utillsEADOP/PDF/8851/1955221.pdf>
- Departament d'Educació i Formació Professional. (2020). Pla d'educació digital de Catalunya 2020-2023. <https://educacio.gencat.cat/ca/departament/linies-estrategiques/pla-educacio-digital/>
- Departament d'Educació i Formació Professional. (2025). Menys pantalla, més vida! Educació i digitalització: Guia per acompanyar les famílies. Generalitat de Catalunya.
- Departament d'Ensenyament. (2012). L'infant de 3 a 6 anys. Autisme.com.
https://www.autisme.com/autisme/documents/guia_de_desenvolupament_3-6_anys.pdf
- Departament de Salut. (2025). Protocol d'activitats preventives i de promoció de la salut a l'edat pediàtrica (pp. 453–468). Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT). <https://doi.org/10.62727/DSalut.ASPC/1197.2>
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A., Lumeng, J. C., & Miller, A. L. (2019). Development and validation of the Problematic Media Use Measure:

A parent report measure of screen media addiction in children. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(1), 2–11.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6411079/>

Fairclough, N. (1992). *Discourse and social change*. Polity Press.

García, S. V., & Días de Carvalho, T. (2022). El uso de pantallas electrónicas en niños pequeños y de edad preescolar. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 120(5), 1–10.

<https://doi.org/10.5546/aap.2022.340>

Gee, J. P. (2011). *How to do discourse analysis: A toolkit* (2nd ed.). Routledge.

Generalitat de Catalunya. (2022). Les tecnologies digitals a la infància, l'adolescència i la joventut. <https://govern.cat/govern/docs/2022/09/28/11/29/4930d590-e484-42eb-a98a-a8444f4563a9.pdf>

Grané, M., Suárez, R., & Sabando, D. (2023). It depends on you. Family beliefs of digital technologies as a regulator of children's screen use. *Digital Education Review*, 43, 151–171. <https://doi.org/10.1344/der.2023.43.151-171>

Hill, D. (2016). Por qué evitar que los bebés y los niños pequeños vean la televisión. *HealthyChildren.org*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/why-to-avoid-tv-before-age-2.aspx>

Joshi, A., Kale, S., Chandel, S., & Pal, D. K. (2015). Likert scale: Explored and explained. *British Journal of Applied Science & Technology*, 7(4), 396–403. <https://doi.org/10.9734/BJAST/2015/14975>

Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 22(140), 1–55.

Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage Publications.

Muppalla, S. K., Vuppalapati, S., Reddy Pulliahgaru, A., & Sreenivasulu, H. (2023). Effects of excessive screen time on child development: An updated review and strategies for management. *Cureus*, 15(6), 1–5.

<https://doi.org/10.7759/cureus.40608>

- National Association for the Education of Young Children & Fred Rogers Center for Early Learning and Children's Media. (2012). Technology and interactive media as tools in early childhood programs serving children from birth through age 8. NAEYC.
- Plomp, T., & Nieveen, N. (Eds.). (2009). An introduction to educational design research: Proceedings of the seminar conducted at the East China Normal University, Shanghai (PR China), November 23–26, 2007. SLO.
- Reeves, T. C. (2006). Design research from a technology perspective. In J. van den Akker, K. Gravemeijer, S. McKenney, & N. Nieveen (Eds.), Educational design research (pp. 52–66). Routledge.
- Roman-Juan, J., Roy, R., Jensen, M. P., & Miró, J. (2022). The explanatory role of sedentary screen time and obesity in the increase of chronic back pain amongst European adolescents: The HBSC study 2002–2014. *European Journal of Pain*, 26(8), 1781–1789. <https://doi.org/10.1002/ejp.2003>
- Sastre, S., Bretón, P., Escorza, J., Pascual, M. T., Soares, Y., Lázaro, V., & Merino, N. (2001). Desarrollo cognitivo y educación. *Contextos Educativos Revista de Educación*, 4, 9–11.
<https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/483>
- Spitzer, M. (2013). Demencia digital: El peligro de las nuevas tecnologías. Ediciones B.
- UNICEF. (2023). Pantallas en casa: Guía para acompañar a las familias en el uso de internet. <https://www.unicef.org/uruguay/informes/pantallas-en-casa>
- Van Dijk, T. A. (2003). Critical discourse analysis. In D. Tannen, D. Schiffrin, & H. Hamilton (Eds.), *Handbook of discourse analysis*.
- World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>

9. ÍNDEX DE GRÀFICS

Gràfic 1. Resultat qüestionari famílies pregunta 3	36
Gràfic 2. Resultat qüestionari famílies pregunta 5	37
Gràfic 3. Resultat qüestionari famílies pregunta 6	37
Gràfic 4. Resultat qüestionari famílies pregunta 8	38
Gràfic 5. Resultat qüestionari famílies pregunta 7	38
Gràfic 6. Resultat qüestionari famílies pregunta 9	38
Gràfic 7. Resultat qüestionari famílies pregunta 10	39
Gràfic 8. Resultat qüestionari famílies pregunta 11	39
Gràfic 9. Resultat qüestionari famílies pregunta 12 i 13	40
Gràfic 10. Resultat qüestionari famílies pregunta 15	40
Gràfic 11. Resultat qüestionari famílies pregunta 14	40
Gràfic 12. Resultat qüestionari famílies pregunta 16	41
Gràfic 13. Resultat qüestionari famílies pregunta 17	42
Gràfic 14. Resultat qüestionari famílies pregunta 18	42
Gràfic 15. Resultat qüestionari famílies pregunta 19	43
Gràfic 16. Resultat qüestionari famílies pregunta 20	43
Gràfic 17. Resultat qüestionari famílies pregunta 21	43
Gràfic 18. Resultat qüestionari docent pregunta 1	45
Gràfic 19. Resultat qüestionari docent pregunta 3	46
Gràfic 20. Resultat qüestionari docent pregunta 4	46
Gràfic 21. Resultat qüestionari docent pregunta 7	47
Gràfic 22. Resultat qüestionari docent pregunta 8	47
Gràfic 23. Resultat qüestionari docent pregunta 9	48
Gràfic 24. Resultat qüestionari docent pregunta 10	48
Gràfic 25. Resultat qüestionari docent pregunta 11	49
Gràfic 26. Resultat qüestionari docent pregunta 14	50
Gràfic 27. Resultat qüestionari docent pregunta 15	50
Gràfic 28. Resultat qüestionari docent pregunta 16	51
Gràfic 29. Resultat qüestionari docent pregunta 17	51
Gràfic 30. Resultat qüestionari docent pregunta 20	52

10. ÍNDEX DE FIGURES

Figura 1. Mapa conceptual del marc teòric. Elaboració pròpia mitjançant Canva.....	3
Figura 2. Fases del disseny d'investigació de la metodologia Reeves (2006).	19

11. ÍNDEX DE TAULES

Taula 1. Recomanacions per a l'ús de pantalles en infants de 3 a 6 anys. Elaboració pròpia a partir del Departament de Salut (2025).....	10
Taula 2. Taula basada en els principals elements de les fases per a la investigació del disseny (modificat de Reeves, 2006).	20
Taula 3. Relació dels instruments amb els objectius, preguntes de recerca i la mostra. Elaboració pròpia.....	23
Taula 4. Taula temporalització de la recollida de dades.....	25
Taula 5. Resultat qüestionari famílies pregunta 22	45
Taula 6. Resultat qüestionari docent pregunta 21.....	54
Taula 7. Resultat qüestionari docent pregunta 22.....	55

12. ANNEXOS

Annex 1: Taula de Protecció de dades personals d'acord amb la guia URV.

INFORMACIÓ DE PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS	
Responsable	El responsable del tractament de les seves dades personals és la Universitat Rovira i Virgili amb CIF Q9350003A i amb domicili fiscal al carrer de l'Escorxador, s/n, 43003 de Tarragona.
Finalitat	Participar en el Treball de Fi de Grau titulat L'ús de les pantalles en els infants de 3 a 6 anys , d'acord amb l'objectiu següent: Analitzar la percepció de professionals i les famílies sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys, identificant usos habituals, possibles efectes percebuts i propostes educatives per promoure'n un ús responsable en els contextos educatiu i familiar. En el cas que l'estudi prevegi la publicació, difusió o reutilització dels resultats obtinguts, incloent-hi dades personals, aquestes dades només s'utilitzaran per a aquesta finalitat sempre que la persona interessada hagi concedit el seu consentiment.
Drets	Pot exercir els drets d'accés, rectificació, supressió, portabilitat, limitació o oposició al tractament, mitjançant un escrit adreçat al Registre General de la URV a la mateixa adreça del domicili fiscal o mitjançant la seva presentació al Registre General de la Universitat, presencialment o telemàtica, segons s'indica a https://seuelectronica.urv.cat/registre.html .
Informació addicional	Pot consultar informació addicional sobre aquest tractament de dades personals denominat Treballs de Fi de Grau de la URV i els seus drets al Registre d'Activitats del Tractament de la URV publicat a https://seuelectronica.urv.cat/rgpd , on també s'hi pot consultar la Política de Privacitat de la URV. Addicionalment, pot adreçar als nostres delegats de protecció de dades qualsevol consulta sobre protecció de dades personals a l'adreça de correu electrònic dpd@urv.cat .

Annex 2: Entrevista a una mestra d'educació infantil

Enllaç al document [M1_Entrevista_Anònima_TFG.docx](#)

Annex 3: Entrevista a una psicòloga infantil

Enllaç al document [M2_Entrevista_Anònima_TFG.docx](#)

Annex 4: Entrevista a una infermera

Enllaç al document [M3_Entrevista_Anònima_TFG.docx](#)

Annex 5: Entrevista a una família d'un infant de 4 anys

Enllaç al document [M4_Entrevista_Anònima_TFG.docx](#)

Annex 6: Qüestionari dirigit als professionals de l'educació infantil

Enllaç <https://forms.office.com/e/L6X6q6b2h0?origin=lprLink>

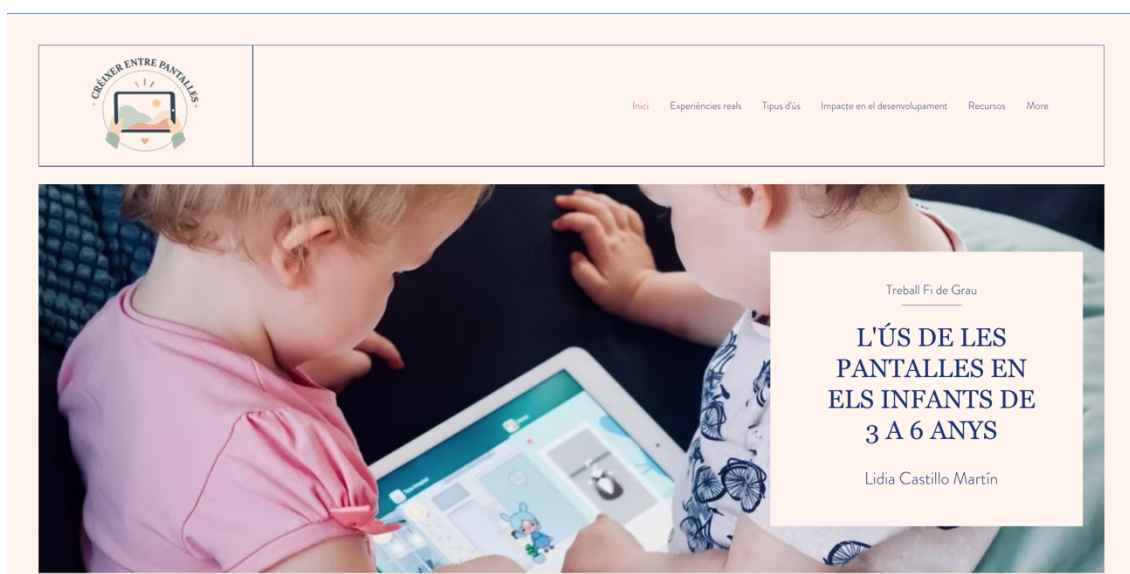
Annex 7: Qüestionari dirigit a les famílies amb infants entre 3 i 6 anys

Enllaç <https://forms.office.com/e/URhsBi0xgF?origin=lprLink>

Annex 8: Recurs digital – Pàgina web “Créixer entre pantalles”

Enllaç <https://entrepantalles.wixsite.com/lidiacastillo>

Secció d'inici:



El projecte...

Créixer entre pantalles és un projecte que forma part del meu Treball Final de Grau en Educació Infantil i neix a partir de l'observació d'una realitat cada vegada més present en la societat actual: l'ús de les pantalles en la primera infància.

Veure com els dispositius digitals formen part del dia a dia de molts infants m'ha portat a reflexionar sobre el seu impacte en el desenvolupament i sobre el paper que tenen les famílies i l'escola en l'acompanyament d'aquest ús.

A través d'aquesta web, es vol oferir una mirada educativa, propera i accessible sobre aquesta realitat, promovent la reflexió i un ús més conscient i equilibrat de les pantalles durant la infància.



En aquesta web trobaràs:



Experiències reals



Ús de les pantalles



Impacte en el desenvolupament



Recursos



Qui soc?



Participació

I, què penses?



Les pantalles responen a una necessitat de l'infant... o de l'adult?



Secció d'experiències reals:



[Inici](#) [Experiències reals](#) [Tipus d'ús](#) [Impacte en el desenvolupament](#) [Recursos](#) [More](#)

Veus que ens fan reflexionar

Professionals i famílies comparteixen reflexions, experiències i preocupacions sobre com les pantalles influeixen en la infància.



"L'infant no aprendrà a autoregular-se si cada cop que plora li donem una pantalla."

Psicòloga infantil

Mestra d'educació infantil:

"Ens arriben infants a l3 que gairebé no parlen i tenen una manca de vocabulari espectacular. Necessiten moments amb adults que els expliquin contes, els cantin cançons i els parlin directament."



Psicòloga infantil:

"Quan només mira una pantalla, l'infant es converteix en un espectador passiu i deixa d'activar el seu món intern."



Infermera:

"Els principals riscos que observo són l'addicció, els problemes de visió, les alteracions del descans i l'obesitat infantil relacionada amb el sedentarisme."

Família d'un infant de 4 anys:

"Sabem que el que hauríem de fer és llegir un conte, però moltes vegades acabem donant-li la tauleta o el mòbil."

"Les pantalles formen part de la infància actual, però la manera com les acompanyem pot marcar la diferència."

Secció de tipus d'ús:

Com fan servir les pantalles els infants?

No totes les pantalles s'utilitzen igual.

La diferència entre ús passiu i actiu és clau per entendre el seu impacte en els infants.

ÚS ACTIU

Apps educatives
Jocs interactius
Participació activa

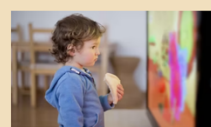
L'infant participa i pot aprendre



ÚS PASSIU

Mirar dibuixos
Veure vídeos
Poc participatiu

L'infant observa, però no participa gaire.





Secció d'impacte en el desenvolupament:

Impacte en el desenvolupament infantil

ÚS EQUILIBRAT $\Rightarrow$ Ofereix oportunitats d'aprenentatge

DESENVOLUPAMENT COGNITIU

COM PODEN INFLUIR LES PANTALLES EN L'APRENENTATGE?
Durant els primers anys de vida, el cervell dels infants es desenvolupa molt ràpidament. Les pantalles poden oferir oportunitats d'aprenentatge, però també poden limitar experiències essencials si n'hi ha un ús excessiu o inadequat.

El llenguatge necessita interacció
Els infants aprenen a parlar conversant, escoltant i compartint moments amb altres persones. Les pantalles no poden substituir aquesta interacció.

El joc continua sent imprescindible
Jugar, manipular objectes, imaginar i explorar l'entorn són activitats fonamentals per al desenvolupament cognitiu.

L'excés d'estímul pot afectar l'atenció
Una exposició excessiva a continguts ràpids i constants pot dificultar la concentració i l'atenció sostinguda.

L'acompanyament de l'adult és clau
Quan un adult acompanya, orienta i comparteix l'experiència, les pantalles poden convertir-se en una eina d'aprenentatge positiva.

Sabies que...?

- A més temps de pantalla, menys joc simbòlic, lectura i conversa.
- La interacció cara a cara és insubstituïble per al desenvolupament del cervell.
- Les relacions i les experiències reals són el millor aprenentatge.

DESENVOLUPAMENT MOTOR

EL MOVIMENT ÉS CLAU PER CRÈIXER I APRENDRE
Durant la primera infància, el cos i el cervell es desenvolupen junts. El joc actiu, l'exploració i el moviment diari són essencials per enfortir el cos, coordinar-se, descobrir l'entorn i guanyar autonomia.

Un excés de pantalles pot provocar:

- Més sedentarisme
Passar moltes hores assegut redueix el moviment diari.
- Menys joc actiu i moviment
Es deixen de fer activitats que impliquen córrer, saltar, grimpar, ballar,...
- Reducció de l'exploració de l'entorn
Menys oportunitats per descobrir i experimentar.
- Problemes posturals i molesties físiques
L'ús prolongat de dispositius digitals pot provocar dolors musculars.

Per afavorir un desenvolupament motor saludable:

- Prioritza el joc lliure
Deixar que els infants decideixin, imaginin i es moguin al seu ritme.
- Fomentar activitats a l'aire lliure
El contacte amb la natura convida a moure's, explorar i descobrir.
- Alternar temps digital i moviment
Equilibrar estones de pantalles amb activitats físiques al llarg del dia.
- Donar exemple
Els infants aprenen imitant. Els adults també ens podem moure!

Recorda que...

El moviment no només enforteix el cos, també ajuda a créixer, aprendre i sentir-se bé.

**DESENVOLUPAMENT
EMOCIONAL I SOCIAL**

LES RELACIONS SÓN EL MOTOR DEL DESENVOLUPAMENT
Durant la primera infància, els infants aprenen a entendre i gestionar les emocions, a relacionar-se amb els altres i a construir vincles segurs. Aquest aprenentatge es dona sobretot a través de la interacció amb les persones del seu entorn.

✓ Quan l'ús de pantalles és compartit i acompanyat...

- Es generen espais de comunicació
- Pot afavorir moments d'aprenentatge conjunt
- Reforça els vincles afectius
- Pot convertir-se en una experiència social positiva

✗ Quan l'ús de pantalles és excessiu o inadequat...

- Menys oportunitats d'interacció social
- Pot dificultar la gestió emocional
- Pot afectar els vincles afectius
- Menys desenvolupament d'habilitats socials



CLAUS PER A UN ÚS SALUDABLE EN L'ÀMBIT EMOCIONAL I SOCIALS

Prioritza el temps de qualitat i la interacció cara a cara

Estableix límits i rutines clares per al temps de pantalla.

Secció de recursos:

Recursos

RECOMANACIONS CLAU PER UN ÚS CONSCIENT DE LES PANTALLES

1

PRIORITZA EL JOC REAL I MOVIMENT

El joc és la manera d'aprendre, descobrir i créixer de l'infant.



**MENYS TEMPS DE PANTALLA,
MÉS TEMPS COMPARTIT**

El temps de qualitat amb l'adult és el que realment importa.

2

3

LES PANTALLES NO SÓN UNA CANGUR

Les pantalles no substitueixen l'acompanyament ni el vincle. Els infants necessiten la nostra presència, atenció i afecte.



4

**EVITA PANTALLES ABANS D'ANAR
A DORMIR**

La llum de les pantalles pot afectar el son i el descans. Millor crear rutines tranquil·les i sense pantalles.



5

ACOMPANYA, NO NOMÉS SUPERVISIS

Interessa't pel que fan, com ho fan i amb qui. Acompanya el seu ús des del diàleg i la confiança.



**NO TOTES LES PANTALLES
SÓN IGUALS**

No és el mateix mirar passivament que crear, aprendre o comunicar-se. Tria continguts de qualitat i adequats a la seva edat.

6

7

L'AVORRIMENT ÉS NECESSARI

L'avorrimment no és dolent, és una oportunitat perquè l'infant desenvolupi la seva creativitat i autonomia.



IDEES DE JOCS I ACTIVITATS SENSE PANTALLES

3 - 4 ANYS

Fer transvasaments

Passar d'un recipient a un altre arròs, pasta, aigua o cigrons



Amb l'ajuda de culleres, embuts, gots o pinces

Pintar amb esponges

Retallar esponges amb diferents formes i estampar pintura



La capsa sorpresa

Posar dins d'una capsa objectes i l'infant ha de tocar sense mirar i intentar esbrinar el que hi ha dins



Fer camins

Enganxar cinta adhesiva a terra perquè l'infant pugui seguir-les caminant, amb un cotxe o qualsevol altre objecte



5 - 6 ANYS

Crear pocions

Fer pocions màgiques amb aigua, colorant, fulles, flors i pots petits



Cartes amagades

Amagar missatges o dibuixos per casa i que l'infant hagi de buscar seguint unes pistes



Dibuixar ombres

Crear dibuixos a partir d'ombres amb l'ajuda d'una llanterna o una làmpada



Construccions

Fer construccions amb materials reciclats



Secció: qui soc?

Qui soc?

Hola! El meu nom es Lúdia Castillo Martín, tinc 24 anys, visc a Barcelona i soc Tècnica d'Educació Infantil. Actualment, estic a punt de graduar-me com a mestra d'Educació Infantil.

Aquest projecte neix com a part del meu Treball Final de Grau, però sobretot neix d'una inquietud personal i educativa. Durant els últims anys, he anat observant una realitat cada vegada més present en el dia a dia: infants molt petits fent ús de pantalles a tot arreu. Les pantalles formen part de la seva quotidianitat des de ben aviat.

A partir d'aquesta observació, vaig començar a plantejar-me moltes preguntes:

- Quin impacte tenen aquestes pantalles en el desenvolupament infantil?
- Com podem acompanyar aquest ús des de les famílies i l'escola?
- On és el límit entre entreteniment, necessitat i hàbit?



Així va néixer *Créixer entre pantalles*: un espai pensat per reflexionar, informar i oferir recursos accessibles sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys. No amb la intenció de demonitzar la tecnologia, sinó de promoure una mirada més conscient, crítica i educativa sobre com, quan i per què les utilitzem.

M'agradaria que aquesta web pogués ajudar famílies, docents i qualsevol persona interessada en la infància a entendre millor aquesta realitat que ens envolta.



Secció de participació:

Participa en l'estudi

Aquest projecte també vol conèixer les percepcions i experiències de les famílies i dels professionals de l'educació sobre l'ús de les pantalles en infants de 3 a 6 anys.

Per aquest motiu, s'han elaborat dos qüestionaris anònims dirigits a famílies i docents. Les respostes ajudaran a comprendre millor la realitat actual i formaran part de l'anàlisi del Treball Final de Grau.

Qüestionari per a docents

Si ets docent d'educació infantil o treballes amb infants d'entre 3 i 6 anys, pots participar escanejant el **codi QR** o accedint a l'enllaç següent:

<https://forms.office.com/e/16X6y6b2h07a9gnz1qclnK>





<https://forms.office.com/e/1URhsB0UqE7a9gnz1qclnK>

Qüestionari per a famílies

Si tens infants d'entre 3 i 6 anys, pots compartir la teva experiència i opinió a través del següent qüestionari.



MOLTES GRÀCIES PER LA VOSTRA PARTICIPACIÓ!!!



Annex 9: Peu de pàgina de la pàgina web “Créixer entre pantalles”

© 2026 **Créixer entre pantalles** · Projecte de Treball de Fi de Grau

Universitat Rovira i Virgili · Seu del Baix Penedès
Grau d'Educació Infantil · Facultat de Ciències de l'Educació i Psicologia · Curs 2025–2026

Disseny i continguts: [Lidia Castillo Martín](#)

Imatges creades amb intel·ligència artificial mitjançant ChatGPT

Els continguts teòrics d'aquesta web estan basats en la recerca i la bibliografia detallada a la memòria acadèmica del TFG.

 UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

Annex 10: Cartes de sol·licitud per les entrevistes

Enllaç al document [Cartes de sol·licitud.pdf](#)

Annex 11: Anàlisi de les entrevistes per categories temàtiques

Categoria temàtica	Idees principals	Coincidències entre les entrevistes	Aportacions específiques	Cites literals breus
Ús de les pantalles en la primera infància	Les pantalles formen part de la quotidianitat infantil, tant a casa com en contextos educatius. L'ús es relaciona principalment amb entreteniment, regulació de conductes o moments de calma.	Tots els perfils coincideixen que les pantalles són presents des d'edats molt primerenques i que el seu ús s'ha normalitzat socialment.	La mestra destaca que a infantil no considera necessàries les pantalles dins l'aula i prioritza el material manipulatiu. La psicòloga subratlla la sobreestimulació cerebral. La infermera relaciona aquest augment amb els canvis socials i la pandèmia. La família explica un ús puntual abans d'anar a dormir.	E1: "És molt més fàcil tenir una pantalla davant". E2: "Donar dopamina immediata i molts estímuls". E3: "Els nens ja neixen amb pantalles". E4: "Es posa al sofà amb la tauleta".
Impacte en l'atenció i la regulació emocional	Es detecten dificultats d'atenció sostinguda, necessitat d'estímuls constants i poca tolerància a la frustració.	Tant la mestra com la psicòloga i la infermera coincideixen que les pantalles afavoreixen conductes més impulsives i dificultats per gestionar l'avorriment o l'espera.	La psicòloga aprofundeix en el concepte de "dopamina" i en la dependència emocional. La mestra ho relaciona amb situacions quotidianes de l'aula. La infermera ho associa a l'addicció i a l'abús digital.	E1: "El temps d'atenció és molt curt". E2: "Serà com una anestèsia emocional". E3: "L'addicció a la pantalla ha sigut molt alta".
Desenvolupament del llenguatge i la comunicació	L'ús excessiu de pantalles pot limitar les interaccions verbals i afectar l'adquisició del llenguatge.	Les entrevistes coincideixen a assenyalar que els infants necessiten interacció directa amb adults per desenvolupar correctament el llenguatge. També apareix la influència de	La mestra aporta exemples reals de dificultats lingüístiques a I3 i problemes fonètics. La psicòloga explica la necessitat de comunicació bidireccional. La infermera remarca l'impacte del contingut sud-americà. La família	E1: "Tenen una manca de vocabulari espectacular". E2: "No aprenem mirant, aprenem parlant". E3: "Pot interferir després en la seva lectura i comprensió".

		vocabulari procedent de YouTube.	confirma la imitació d'expressions escoltades als vídeos.	E4: "Fa servir expressions en sud-americà".
Impacte social, joc i creativitat	Les pantalles poden reduir el joc simbòlic, la imaginació i la interacció amb altres infants.	Tant la psicòloga com la mestra coincideixen que els infants necessiten experimentar, jugar i interactuar amb l'entorn real.	La psicòloga destaca la manca d'imaginació i empatia. La infermera alerta de la pèrdua d'interacció social. La mestra defensa les experiències manipulatives i vivencials.	E2: "No activa el seu món intern". E3: "No hem d'oblidar la interacció amb altres infants".
Paper de la família i modelatge adult	La regulació de les pantalles depèn principalment dels adults i dels hàbits familiars.	Tots els perfils coincideixen en la importància del paper mediador de l'adult i de la supervisió dels continguts.	La mestra i la infermera remarquen la necessitat de no jutjar les famílies. La psicòloga insisteix en el modelatge adult. La família explica una gestió flexible perquè considera que el fill "no és addicte".	E1: "No deixar que l'infant triï". E2: "Hem de fer de model per a l'infant". E3: "Mai jutjaré el perquè". E4: "No tenim normes per al tema de les pantalles".
Recomanacions i estratègies d'ús saludable	Es defensa un ús limitat, supervisat i amb continguts de qualitat adaptats a l'edat.	Les quatre entrevistes coincideixen en la necessitat de limitar el temps d'exposició i seleccionar continguts adequats.	La infermera aporta recomanacions sanitàries concretes sobre temps d'exposició. La psicòloga destaca evitar pantalles en àpats i abans de dormir. La mestra recomana continguts específics com l'SX3 (3Cat). La família no percep necessitat d'orientacions externes.	E1: "Un infant no pot estar molta estona davant d'una pantalla". E2: "El consum de pantalles fins als sis anys hauria de ser ultra limitat". E3: "Menys de mitja hora diària". E4: "Per a nosaltres no ens és difícil".

Annex 12: Anàlisi de les entrevistes sobre el model ecològic de Bronfenbrenner

Nivell del model ecològic	Aspecte clau identificat	Explicació breu	Perfils que ho mencionen	Cita literal breu
Microsistema	Ús quotidià de pantalles a la llar	Les pantalles formen part de les rutines diàries dels infants, especialment en moments de descans, calma o entreteniment.	Família (E4), Mestra (E1), Psicòloga (E2)	E4: “Ho fa servir abans d’anar a dormir”.
	Influència directa en l’atenció i el comportament	Els professionals observen dificultats d’atenció sostinguda, necessitat d’estímul constants i poca tolerància a l’avorriment.	Mestra (E1), Psicòloga (E2)	E1: “El temps d’atenció és molt curt”.
	Impacte en el llenguatge i la comunicació	L’excés de pantalles es relaciona amb menys interaccions verbals i dificultats en el desenvolupament lingüístic.	Mestra (E1), Psicòloga (E2), Infermera (E3), Família (E4)	E2: “No aprenem mirant, aprenem parlant”.
	Joc simbòlic i creativitat	L’ús passiu de pantalles pot reduir la imaginació i el joc espontani dels infants.	Psicòloga (E2), Mestra (E1)	E2: “L’infant simplement es converteix en un espectador passiu”.
	Modelatge adult	Els infants reproduïxen els hàbits digitals observats en els adults del seu entorn proper.	Psicòloga (E2), Infermera (E3)	E3: “L’infant veu que el pare o la mare està tot el dia amb el mòbil”.
	Regulació emocional i dependència	Les pantalles poden utilitzar-se com a eina per calmar o distreure l’infant davant emocions o frustracions.	Psicòloga (E2), Mestra (E1), Infermera (E3)	E2: “Serà com una anestèsia emocional”.
Mesosistema	Relació escola-família	Els docents intenten orientar les famílies sense generar sentiment de judici, promovent alternatives educatives i continguts adequats.	Mestra (E1), Psicòloga (E2)	E1: “Intento que no se sentin jutjades”.

	Coordinació educativa i coherència pedagògica	Es destaca la necessitat que família i escola comparteixin criteris educatius respecte a les pantalles.	Psicòloga (E2), Infermera (E3)	E2: “És important tenir un criteri i anar en la mateixa direcció escola – família”.
	Paper dels professionals en l’acompanyament familiar	Els professionals consideren necessari orientar les famílies amb recursos i pautes concretes.	Mestra (E1), Infermera (E3)	E3: “S’hauria de fer sessions d’orientacions per a les famílies”.
	Detecció compartida de senyals d’alerta	Escola i família poden col·laborar per identificar conductes problemàtiques relacionades amb les pantalles.	Psicòloga (E2)	E2: “Que ells puguin comunicar també aquests senyals d’alerta”.
Macrosistema	Normalització social de les pantalles	Les pantalles es perceben com un element plenament integrat en la societat actual i en la infància.	Infermera (E3), Mestra (E1), Psicòloga (E2)	E3: “Els nens ja neixen amb pantalles”.
	Impacte dels ritmes de vida i conciliació familiar	El cansament, les jornades laborals i les dificultats de conciliació afavoreixen l’ús de pantalles com a recurs fàcil.	Infermera (E3), Mestra (E1)	E3: “És més fàcil donar una pantalla perquè s’entretengui”.
	Influència de la cultura digital i plataformes audiovisuals	Les plataformes digitals i YouTube influeixen en els hàbits lingüístics i en els continguts consumits pels infants.	Mestra (E1), Infermera (E3), Família (E4)	E1: “Lo dicen en los vídeos”.
	Polítiques educatives i posicionament institucional	Algunes escoles i administracions replantegen la presència de pantalles a infantil.	Mestra (E1), Infermera (E3)	E1: “De I3 a I5 realment no hauríem de tenir-les”.
	Recomanacions sanitàries oficials	Es mencionen protocols institucionals que estableixen límits d’exposició segons l’edat.	Infermera (E3)	E3: “Menys de mitja hora diària”.

Annex 13: Anàlisi de les entrevistes de tensions i contradiccions detectades

Tipus de tensió o contradicció	Descripció de la tensió	Exemple observat	Perfils	Cita literal breu	Possibles causes o factors	Implicacions per a la proposta educativa
Recomanacions professionals vs realitat familiar	Els professionals recomanen limitar molt les pantalles, però les famílies sovint les utilitzen com a recurs de conciliació i regulació.	Les entrevistes mostren que, malgrat conèixer les recomanacions, moltes famílies recorren a les pantalles per necessitat pràctica.	E1 E2 E3 E4	“Yo sé que no debería pero mi hijo es muy movido y yo le doy la tablet” (E1).	Jornades laborals llargues, cansament, necessitat de moments de calma i manca de suport familiar o social.	Les propostes educatives haurien d’evitar un enfocament culpabilitzador i oferir alternatives realistes i accessibles per a les famílies.
Ideal educatiu manipulatiu vs presència de tecnologia a les escoles	A infantil es prioritza el joc i la manipulació, però les escoles han rebut pantalles digitals encara que molts docents no les considerin necessàries.	La mestra explica que les pantalles han quedat pràcticament inutilitzades a infantil.	E1	“Han acabat una mica relegades a ser uns altaveus molt grans” (E1).	Decisions institucionals generalitzades i polítiques digitals poc adaptades a l’etapa infantil.	Cal reflexionar sobre l’adequació dels recursos tecnològics segons les necessitats evolutives de cada etapa educativa.
Necessitat de límits vs dificultat de mantenir-los	Es defensa la importància dels límits digitals, però aplicar-los de manera constant és complicat en el dia a dia.	Les professionals reconeixen que és difícil regular l’ús de pantalles sense generar conflictes o dependència.	E1 E2 E3	“És el recurs fàcil” (E1).	Sobrecàrrega familiar, immediatesa de les pantalles i dificultats de regulació emocional dels infants.	És necessari treballar estratègies graduals i realistes de regulació digital, tant amb infants com amb adults.

Coneixement de riscos vs continuïtat de les pràctiques	Algunes famílies reconeixen els possibles efectes negatius, però continuen utilitzant pantalles habitualment.	La família entrevistada afirma que la tauleta “no té cap aspecte positiu”, però la continua utilitzant abans de dormir.	E4	“En comptes de llegir un conte... li donem la tauleta” (E4).	Hàbits instaurats, comoditat i associació de la pantalla amb moments de calma.	Les intervencions haurien d'acompanyar el canvi d'hàbits sense imposar discursos excessivament normatius.
Necessitat d'acompanyament adult vs manca de temps disponible	Els professionals insisteixen en la importància de compartir el consum digital amb l'infant, però això sovint no és viable.	Es recomana supervisar continguts i interactuar amb l'infant, però les famílies no sempre poden dedicar aquest temps.	E2 E3 E4	“Normalment ho fa sol” (E4).	Ritmes de vida accelerats, conciliació laboral i esgotament parental.	Les propostes educatives poden incloure orientacions simples i aplicables per afavorir moments breus d'acompanyament.
Expectatives de desenvolupament vs conductes observades	Els professionals detecten diferències entre el desenvolupament esperat i les competències actuals d'alguns infants.	La mestra observa dificultats de llenguatge i atenció en infants petits.	E1 E2	“Ens arriben infants a I3 que gairebé no parlen” (E1).	Exposició excessiva a pantalles, reducció d'interaccions verbals i menys joc compartit.	Cal reforçar espais de comunicació oral, joc simbòlic i relacions directes tant a l'escola com a casa.
Discurs de no jutjar vs preocupació professional	Els professionals intenten no culpabilitzar les famílies,	Tant la mestra com la infermera remarquen la necessitat	E1 E3	“Mai jutjaré el perquè” (E3).	Voluntat de mantenir una bona relació amb les famílies i consciència de la	És important que les intervencions parteixin de l'empatia i de la col·laboració

	però alhora expressen preocupació pels efectes observats.	d'entendre el context familiar abans de jutjar.			complexitat educativa actual.	entre professionals i famílies.
Recomanacions ideals vs context social actual	Les orientacions sanitàries proposen reduccions importants del temps de pantalla, però la societat està altament digitalitzada.	Les entrevistes descriuen infants envoltats constantment de pantalles i estímuls digitals.	E1 E2 E3	“Els nens ja neixen amb pantalles” (E3).	Digitalització social, presència constant de dispositius i normalització cultural de l'ús tecnològic.	Les propostes educatives haurien de promoure un ús conscient i equilibrat, més que plantejar prohibicions absolutes difícils d'aplicar.
Necessitat de coherència educativa vs diversitat de criteris	No totes les famílies ni escoles comparteixen la mateixa mirada sobre les pantalles.	Algunes famílies perceben poques dificultats, mentre que els professionals expressen preocupacions importants.	E1 E2 E4	“Per a nosaltres no ens és difícil” (E4).	Diferències en les experiències familiars, percepcions de risc i estils educatius.	Cal fomentar espais de diàleg i sensibilització compartida entre escola, famílies i professionals.

Annex 14: Anàlisi de les entrevistes dels conceptes clau del discurs professional

Concepte clau	Definició o construcció del discurs	Paraules o expressions representatives	Valors, creences o idees associades	Diferències entre perfils	Cita literal breu
Pantalla		“Rekurs fàcil”, “dopamina”, “estímuls”, “enganxats”,	Preocupació per la immediatesa, la dependència i la pèrdua d'experiències	Els perfils professionals adopten una mirada crítica i preventiva. La família ho	“És molt més fàcil tenir una pantalla davant” (E1).

	La pantalla es construeix principalment com un recurs de sobreestimulació, entreteniment o facilitat immediata, més que com una eina educativa necessària en la primera infància.	“espectador passiu”.	reals. Valoració del desenvolupament vivencial i manipulatiu.	normalitza més dins la rutina quotidiana.	
Infància	La infància es presenta com una etapa vulnerable, marcada per la necessitat de joc, interacció, moviment i acompanyament adult.	“Descobrir”, “experimentar”, “jugar”, “plasticitat cerebral”, “món intern”.	Idea de la infància com un període clau per al desenvolupament global. Valoració del joc i de la relació humana.	La psicòloga utilitza un discurs més neuroevolutiu; la mestra se centra en l'experiència educativa i relacional.	“És l'etapa en la que trobem major plasticitat cerebral” (E2).
Acompanyament adult	Es construeix com una responsabilitat essencial de l'adult, basada en supervisar, regular i compartir experiències digitals amb l'infant.	“Acompanyament”, “mediador”, “modelatge”, “temps de qualitat”.	Valor de la presència adulta i de la coherència educativa. Creença que els infants necessiten orientació.	La psicòloga i la infermera insisteixen en el modelatge adult. La mestra posa èmfasi en orientar sense jutjar.	“El paper de l'adult ha de ser aquest mediador” (E2).
Joc i experiència real	El joc presencial i manipulatiu es contraposa al consum passiu de pantalles.	“Tocar”, “experimentar”, “material manipulatiu”, “inventar-se històries”.	Valoració de l'aprenentatge actiu, la imaginació i la interacció directa amb l'entorn.	La mestra defensa especialment el treball manipulatiu a l'aula; la psicòloga ho relaciona amb el món intern i el joc simbòlic.	“No jugar, fer, tocar, experimentar, descobrir...” (E1).
Atenció i immediatesa	Les dificultats d'atenció es descriuen a partir de la necessitat	“Inputs constants”, “clico otro”,	Crítica a la cultura de la immediatesa i a la	La psicòloga utilitza un discurs més tècnic vinculat	“Estan acostumats a

	constant d'estímul ràpids i canviants.	“canvio de vídeo”, “temps d'atenció curt”.	difficultat de tolerar l'espera o l'avorrimet.	a la dopamina; la mestra ho explica amb exemples d'aula.	tenir inputs constants” (E1).
Llenguatge	El llenguatge es construeix com un procés social que necessita interacció humana directa.	“Referent davant”, “contacte visual”, “interacció bidireccional”.	Creença que parlar i comunicar-se requereix presència, conversa i observació de l'altre.	La psicòloga posa el focus en la comunicació bidireccional; la mestra aporta exemples escolars concrets.	“No aprenem mirant, aprenem parlant” (E2).
Família	La família apareix com un espai de responsabilitat educativa, però també de cansament, conciliació i contradiccions.	“Entenc”, “cansats”, “necessites aquest espai”, “no jutjar”.	Empatia cap a les difficultats familiars i reconeixement de la complexitat educativa actual.	Els professionals adopten un discurs comprensiu. La família tendeix a minimitzar els riscos en el seu cas concret.	“Entenc que necessitis això” (E1).
Addicció i dependència	Les pantalles es descriuen amb un llenguatge proper a la dependència o necessitat constant d'estímul.	“Addicció”, “necessitat”, “enganxats”, “no poden viure sense estar connectats”.	Preocupació pel vincle emocional i conductual amb les pantalles.	La infermera i la psicòloga utilitzen un discurs més explícit sobre dependència.	“És una addicció tremenda” (E3).
Avorrimet	L'avorrimet es construeix com una experiència necessària per al desenvolupament infantil.	“No saben el que és l'avorrimet”, “tolerar”, “esperar”.	Valoració de la paciència, la creativitat i l'autoregulació.	Sobretot apareix en el discurs de la mestra i la psicòloga.	“No cal donar les pantalles tota l'estona” (E2).
Escola	L'escola es presenta com un espai protector i de referència educativa davant l'excés de pantalles.	“No és el model que hem de donar”, “recursos pedagògics”,	Valoració de l'escola com a espai de relació, llenguatge i experiències significatives.	La mestra defensa una escola amb poca presència digital; la psicòloga destaca la	“Sobretot a l'escola, no és el model que hem de donar” (E1).

		“mirada educativa”.		coherència escola-família.	
Contingut digital	El discurs no rebutja completament les pantalles, sinó sobretot determinats continguts i formes d'ús.	“Continguts de qualitat”, “pedagògics”, “transicions lentes”, “fet per infants”.	Idea que la qualitat i l'acompanyament són més importants que la prohibició absoluta.	La mestra i la infermera mencionen recursos concrets adequats; la psicòloga insisteix en continguts pausats i supervisats.	“Continguts plens, pausats, pedagògics i de qualitat” (E2).

Annex 15: Anàlisi de les entrevistes de propostes educatives i transferibilitat

Proposta o acció identificada	Perfils que la mencionen	Grau de consens	Aplicabilitat	Justificació de l'aplicabilitat	Possibilitat d'integració en el context	Relació amb els objectius del TFG
Limitar el temps d'exposició a pantalles	E1, E2, E3	Alt	Mitjana	Tot i que hi ha consens sobre la necessitat de limitar-ne l'ús, les famílies expressen dificultats per aplicar-ho de manera constant.	Es pot integrar mitjançant orientacions familiars, pautes escolars i sensibilització educativa.	Relacionat amb l'anàlisi dels efectes de les pantalles i la promoció d'un ús responsable.
Supervisar i acompanyar el consum digital	E1, E2, E3	Alt	Alta	És una acció relativament accessible perquè no implica eliminar les pantalles, sinó transformar-ne l'ús.	Molt viable tant des de l'escola com des de les famílies.	Connecta amb l'objectiu de promoure estratègies educatives i de mediació adulta.
Seleccionar continguts adequats i pedagògics	E1, E2, E3	Alt	Alta	Els professionals coincideixen que la qualitat del contingut és clau i es poden oferir recursos específics a les famílies.	Pot integrar-se fàcilment a través de recomanacions, infografies o recursos digitals educatius.	Relacionat amb la sensibilització sobre l'ús actiu i conscient de les pantalles.

Evitar pantalles durant els àpats i abans de dormir	E2, E3	Mitjà	Mitjana	És una proposta clara i concreta, però les rutines familiars poden dificultar-ne l'aplicació.	Factible des de la prevenció i l'educació familiar.	Relacionat amb els efectes sobre el descans, els hàbits i la regulació emocional.
Prioritzar el joc manipulatiu, simbòlic i l'experimentació	E1, E2	Alt	Alta: en context escolar Mitjana: en context familiar	A l'escola és fàcilment aplicable perquè ja forma part de metodologies d'infantil; a casa depèn del temps disponible i dels recursos familiars.	Molt integrable en el context educatiu estudiat.	Relacionat amb el desenvolupament infantil i la creació d'alternatives a les pantalles.
Oferir alternatives d'oci sense pantalles	E1, E2, E3	Alt	Mitjana	Requereix implicació adulta i temps compartit, però és coherent amb les necessitats detectades.	Pot incorporar-se a través de la pàgina web educativa i activitats familiars.	Connecta directament amb la proposta educativa del TFG.
Fer orientacions o sessions per a famílies	E1, E2, E3	Alt	Alta	És una proposta viable dins l'àmbit escolar i pot ajudar a generar consciència sense culpabilitzar.	Alta possibilitat d'integració mitjançant xerrades, recursos visuals o materials digitals.	Relacionat amb la sensibilització i l'acompanyament a les famílies.
Donar exemple com a adults	E2, E3	Alt	Mitjana	És aplicable, però implica canvis d'hàbits dels adults, cosa que pot resultar complexa.	Integrable en discursos preventius i accions de sensibilització familiar.	Relacionat amb la mediació adulta i els hàbits digitals saludables.
Evitar l'accés lliure a plataformes com YouTube	E1, E2, E3	Alt	Mitjana	Les professionals coincideixen en els riscos dels continguts no supervisats, tot i que controlar-ho	Pot integrar-se a través d'orientacions concretes a les famílies.	Relacionat amb l'ús responsable i la qualitat dels continguts digitals.

				constantment pot ser difícil.		
Establir coherència entre escola i família	E1, E2, E3	Alt	Mitjana	Requereix comunicació i implicació conjunta, fet que no sempre és fàcil d'assolir.	Molt rellevant dins el context educatiu del TFG.	Connecta amb la necessitat de treball conjunt detectada a les entrevistes.
Reduir o eliminar la presència de pantalles a infantil	E1, E3	Mitjà	Baixa - Mitjana	És una proposta difícil d'aplicar de manera generalitzada per la digitalització actual i les polítiques educatives existents.	Pot aplicar-se parcialment segons el projecte educatiu del centre.	Relacionat amb el debat sobre l'ús educatiu de les pantalles en infantil.
Utilitzar continguts digitals lents i pausats	E2, E3	Mitjà	Alta	És una mesura senzilla d'aplicar si les famílies disposen d'orientacions i recursos adequats.	Fàcilment integrable en materials educatius i recomanacions.	Relacionat amb la qualitat dels continguts i la prevenció de la sobreestimulació.